

「在宅勤務」の生活

ちよう かん
国際交流員 趙鑑通信
你好！ニイハオ！
(中国語で「こんにちは」)

問合先 自治振興課

日本政府が先日緊急事態宣言を発表して以来、感染防止対策の一環として、一部の市職員は「在宅勤務」を実施しています。「在宅勤務」の日は、日中は自宅で仕事をして、夜は料理の練習をしています。私は料理が好きなので、この時期に料理のスキルはさらに向上しました。

以前のインターネット調査に、日本人の好きな中華料理は「青椒肉絲」と「麻婆豆腐」とありました。どちらの料理も、発祥の地は私の故郷の近くです。今日はみなさんに「青椒肉絲」(四川版)の調理方法を紹介します。

青椒肉絲は、ピーマンと細切りにした肉などを炒めた中華料理です。先ず準備する材料を紹介します。

具材 (2人分)

豚ローススライス (250g) 細切り、ピーマン5個 細切り、細葱3本 細切り、にんにく4片 スライスしたもの、生姜 (20g) 細切り、塩少々 (お好みで)、料理酒大さじ1.5、醤油大さじ1/2、胡椒小さじ1、片栗粉大さじ2、油大さじ1、砂糖大さじ1/2、水溶き片栗粉 大さじ1 (水：片栗粉=1：1)

料理方法

- 1.ボウルに生姜、塩、酒、醤油、胡椒、砂糖を入れ、切った豚ローススライスに味をつける。そこへ片栗粉を入れて混ぜ、油を入れてさらに混ぜておく。20分ほど漬け込んで美味しくする。
- 2.鍋に油 (20g) を入れて馴染ませ、にんにくスライスとねぎを加えて、香りを出した後、中火で豚ローススライスほぐすように炒める。肉に火が通ったら、ピーマンを入れて、炒める。
- 3.ピーマンがしんなりしてきたら、水溶き片栗粉を加え、塩と醤油を少し (自分の味に調整) 入れて強火で一気にかからめる。
- 4.皿に盛り付けて完成。

香りがしましたか。美味しい「青椒肉絲」と白いご飯の組み合わせは本当に素晴らしいですね。中華料理の魅力と料理の楽しさを一緒に感じましょう！



国際交流員 趙鑑

今月の中国語

青椒肉絲 (チンジャオロウスー)
生活 (セン ホウ)
料理 (リャオ リ)



問合先 人権推進課

※申込不要、相談無料

場所 市役所 会議室

日時 第3月曜日 午後1時30分～4時

一人で悩まずに、誰でも気軽に相談してください。

【人権相談】

人権に関する悩みについて人権擁護委員が相談に応じます。一人で悩まずに、誰でも気軽に相談してください。

【人権教室】

主に小学3年生を対象に各学校などに人権擁護委員が出向き人権教室を行っています。アニメ作品を見て、「いじめ」について生徒のみんなと一緒に考え、楽しく学べる教室です。

泉佐野市人権擁護委員

人権擁護委員は法務局から委嘱され活動しています。人権擁護委員は地元で暮らす市民です。市民のみなさんからの人権に関する相談を聞いたり、人権についての啓発活動を行っています。

じんけん
人権の広場ひろば

しきじきょうしつ がっきゅうせいぼしゅう
識字教室 学級生募集!

しきじきょうしつ かいさい
識字教室を開催しています。参加希望者は、気軽に電話してください。

①生涯学習課 (レイクアルスタープラザ・カワサキ中央図書館内) 市場東1丁目295-1

☎469-7132 Fax469-7133

②鶴原識字教室 (北部市民交流センター 本館) 下瓦屋222-1

☎464-5725 Fax469-2284

③樫井識字教室 (南部市民交流センター本館および長寿園) 南中樫井476-2

☎466-1641 Fax466-4744

④下瓦屋識字教室 (下瓦屋ふれあいアスティ) 下瓦屋263 (問い合わせは①生涯学習課へ)