

西红柿炒鶏蛋 (トマトのスクランブルエッグ)

問合先 自治振興課

ちょう 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」)

以前、料理の記事を2つ書いたのですが、市民のみなさんから「とても面白かった。改めて色々な家庭用中華料理を教えてくださいませんか」と言われました。それほど興味を持ってもらっているとは思ってなかったので、私はとても感動しました。今回は中国の家族のお気に入りの料理、トマトのスクランブルエッグを紹介します。辛くないので、中国全土の高齢者や子どもたちに広く愛され、トマトのスクランブルエッグは中国で「トマトと卵炒め」と呼ばれています。



【材料】 トマト2~3個、卵2個、ねぎ(みじん切り)少々、水(卵用)大さじ1/2、油大さじ3、水大さじ2

【調味料】 塩(卵用)、小さじ1、砂糖小さじ1、ケチャップ大さじ1(★)、塩小さじ1(★)、鶏がらスープの素小さじ1(★)

【作り方】

- ①まずトマトを一口大にカットし、皿に置いておく。(スープが好きな人は小さく切ってもいい)
- ②卵に塩、水を入れて混ぜる。

③180度の油を熱し、卵を入れて炒めたら皿に置いておく。

④弱火~中火(120~160℃)鍋を洗わずにトマトを加えて炒め、砂糖を加える。トマトを調理してから、手順3の卵を追加し、次に、混ぜながら炒める。

⑤弱火にして鍋に蓋をする。(5分程度、必ず弱火で)トマトを炒めて水分が出たら、水と(★)の調味料を加えて軽く炒める。最後のステップは、中国の北部と南部で違うので、みなさんは自分の好みに応じて調理してください。



北部…まず弱火で水溶き片栗粉を加え、均一にかき混ぜて炒め、次にみじん切りねぎを加えて皿に盛る。(北部の方法はスープが多いので、ご飯にのせて一緒に食べるのが適しています)子どもたちは通常、ご飯と一緒に食べるのが好きです。

南部…みじん切りねぎを加えて皿に盛る。(南部の方法はスープが少ないので料理として適しています)

みなさん、トマトスクランブルエッグの香りを感じますか?家族のためにトマトスクランブルエッグを作りましょう!



趙鑑 ◀国際交流員

今回の中国語

番茄(ファンチエ): トマト

鶏蛋(ジダン): 鶏卵

喜歡(シーファン): お気に入り

市民公益活動団体紹介

市民のみなさんが積極的にボランティア活動やNPO活動に取り組むことができるよう、市に登録された市民公益活動団体の情報を掲載しています。

問合先 自治振興課

樹恵会

樹恵会では今年度より、動物のお見合い会と称し、公の施設や商業施設の1区画を借りて、譲渡会を開催しました。昨年は16匹の動物が、里親希望する家庭で一時飼育してもらえなかった動物が、その内の十数匹が正式に譲渡されました。参加した動物たちは、

- 飼い主が加齢とともに、散歩などの適切な飼育が難しくなった
- 遺棄されていた
- 敷地内で増えてしまった
- など、さまざまな事情を参加背景としていました。



【動物のお見合い会の特徴】

動物のお見合い会は、譲渡・譲渡希望の住民同士が条件を話し合い、お互いが納得した上で、お試し飼育、譲渡まで話を進める過程を辿ります。当会では、譲渡機会の提供だけではなく、必要であれば、当日使用するキャリーケースや譲渡契約書なども準備しています。

また、動物病院の協力で、初めて動物を飼育される人の飼育上の悩みなどを獣医師に相談出来る機会の場も提供しています。

【今後の活動】

次の日程で人間・動物の福祉向上を目的に映画上映会を行います。

● 3月12日(土)午後2時30分~4時14分(104分) 岸和田市立波切小ホール

● 4月17日(日)午後2時30分~4時14分(104分) 熊取町市民会館ホール

問合先 樹恵会(猪口☎459・7071)

※相談受付は第1・3土曜日の午後3時~6時

※市民公益活動団体については、市のホームページ (<https://www.city.izumisano.lg.jp/>) をご覧ください。