

● 新規購入図書紹介

図 書 名	著 者	出 版
議 会		
国会議員要覧 平成三十年八月版 第八十五版	中島 孝司	国政情報センター
国会要覧 第六十二版 限定版	中島 孝司	国政情報センター
各 種 デ ー タ		
文部科学白書 平成29年度	文部科学省	日経印刷株式会社
障害者白書 平成30年版	内閣府	勝美印刷株式会社
地 方 自 治 ・ 地 方 財 政		
シビックテック ICTを使って地域課題を自分たちで	稲継 裕昭	勁草書房
新版 基本から学ぶ地方財政	小西 砂千夫	学陽書房
産 業 政 策		
キーワードで読み解く地方創生	みずほ総合研究所	岩波書店
そ の 他		
学校図書館の可能性	渡邊 重夫	全国学校図書館協議会
いじめの正体	和田 慎市	共栄書房
仕事と家族 日本はなぜ働きづらく、産みにくいのか	筒井 淳也	中央公論新社
コミュニティと共生する地熱利用 エネルギー自治のためのプランニングと合意形成	諏訪 亜紀・柴田 裕希 村山 武彦 ほか	学芸出版社

◆ ◆ ◆ おすすりめレシピ公開 ◆ ◆ ◆

毎年この季節は食欲が増すのですが、今年は例年と比べ、一段と増しているのは私だけでしょうか？秋は「実りの季節」とも言われ、いろんな食材が旬を迎えます。今回は、旬の食材は使っていませんが、私の中で今、旬となっている料理を紹介します。

早速、私の旬の料理、「ささみマスタード揚げ」のレシピを紹介します！ささみ250～300gを一口大に切り、マヨネーズ（大2）を揉み込み1時間冷蔵庫で寝かせます。ここが私の一番のポイントです！このひと手間を加えることで、お肉が柔らかくなるので食べたときの食感が良くなります。そして、醤油（大2.5）・酒（大1）・練りからし（大2）を混ぜ、そこにささみを入れ冷蔵庫で30分以上漬け込みます。漬け込んだささみの汁気を切り、別の容器で片栗粉をまぶして揚げれば完成です。マスタードの代わりに「練りからし」を使っているので、家にある材料で作ることができます。また、むね肉を使っても美味しいので、ぜひ試してみてください♪



さて、食のイベントと言えば、「食祭WAKAYAMA」が11月23日（金・祝）に開催されます。昨年は、和歌山産の食材がふんだんに使われている料理や、学生が考えた料理などもあり、食べることはもちろんのこと、料理の勉強にもなりました。今年も新たなレシピを求めて、調査に行ってきます！？