



# ワカモーレ



### 材料 (4人分)

- アボカド ..... 2個
- トマト ..... 2個
- 新玉ねぎ ..... 1/2個
- キュウリ ..... 1本
- レモン ..... 1個
- 塩 ..... 適量

調理の様子は **苫小牧ケーブルテレビ** で放映中!  
または、北海道ebooks・  
「苫小牧市国際交流サロン」の  
**Facebook** をご覧ください



国際交流 FB

- 1 新玉ねぎ、キュウリをみじん切りにする。トマトは種を取って1cm角に切る。
  - 2 アボカドの皮をむき、フォークを使ってボウルの中につぶす。
  - 3 アボカドがペースト状になったら、レモン汁を加える。
  - 4 トマト、新玉ねぎ、キュウリを加える。
  - 5 全ての食材を混ぜ合わせて塩で味を調える。(タバスコやハラペーニョ、パクチーなどを加えてもよい)
- ※トルティーヤチップスやフランスパン、レタスなどと一緒どうぞ!

食材提供: Jファーム 苫小牧



{ yum yum }

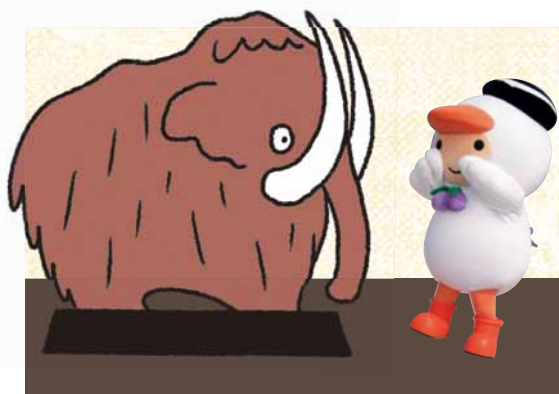
## 世界の Cooking

苫小牧市に住む外国人が  
母国のレシピを紹介しませ



### レシピ紹介

うしよ  
宇正  
サンドラさん  
苫小牧在住 21年  
エルサルバドル出身



美	術	博	物	館
だ	よ	り		

毎月学芸員が  
お届けします!



①「錦岡樽前山神社  
えんくうさくたるまえごんげんぞう  
円空作樽前権現像 (複製)」

## 円空仏と三十番神像

市内では6月から7月にかけて各神社の例大祭が行われました。地域の神社は今も昔も住民の心のよりどころです。ところで当館には、人々の信仰を一身に集めていた仏像や神像が展示されていることをご存じでしょうか。錦岡樽前山神社の樽前権現像(複製品)は、350年ほど前の江戸時代初期に僧円空によって造られ、特に西部地区の人々に敬われてきた仏像です。また、勇払恵比須神社の三十番神像は江戸時代の後期に造られ、1カ月30日の日替わりの神様として勇払地域の住民に親しまれてきました。ご来館の折には、2階展示室の仏像や神像を是非ご覧ください。郷土を開いた先人たちの祈りや願いに触れることができることでしょ。なお、おさい銭などのお気遣いは無用です。



①「勇払恵比須神社 三十番神像」

所 館 美術博物館 TEL (35)2550

学芸員 たけだ まさちか 武田 正哉

