

バインセオ
 ~ベトナム風お好み焼き~



材料 (4人分)

| | | |
|--------|-------|------|
| ●生地 | エビ | 大8尾 |
| 米粉 | モヤシ | 2袋 |
| 小麦粉 | ●ソース | |
| ターメリック | ナンプラー | 大さじ2 |
| 塩 | 砂糖 | 大さじ2 |
| 水 | Bレモン汁 | 50cc |
| ビール | 水 | 大さじ2 |
| 小ねぎ | 一味唐辛子 | 適量 |
| ●具材 | | |
| 豚バラ | サラダ油 | 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 Aをボウルに入れてよく混ぜ、小口切りにした小ねぎを加える。
- 2 3 cmくらいに切った豚肉と殻をむいたエビをそれぞれ炒め別皿に取っておく。
- 3 サラダ油をひいたフライパンに生地を薄く伸ばして焼き、生地の半分に2とモヤシを乗せ、ふたをして中火で4分ほど蒸し焼きにする。
- 4 焼いている間にナンプラーソースを作る。Bをボウルに入れてよく混ぜる。
- 5 生地にこんがり焼き色が付いたら、半分に折って皿に盛る。

※ベビーリーフなどと一緒にレタスで巻いてナンプラーソースと一緒にどうぞ!

食材提供: 株式会社丸善市町



{ 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す



レシピ紹介
 ニュウ・キム・チャンさん
 苫小牧在住 1年
 ベトナム出身



昭和の巨匠たちと
 苫小牧ゆかりの画家との
 つながりをご紹介します



美術博物館

だより



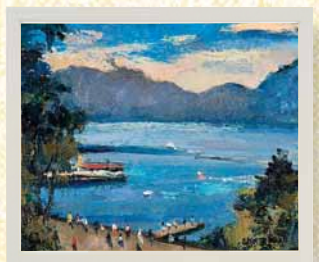
毎月学芸員が
 お届けします!

特別展「花ひらく近代洋画の世界」



①野口彌太郎《上海》
 1941年
 公益社団法人 糖業協会蔵

戦後まもなく、苫小牧を訪れた野口彌太郎(1899~1976)は近代洋画壇の代表作家であると言われています。野口と親交があり、「夏の風景を描くのに適した時間は午後太陽が西に傾く頃であると教えられた」と語る郷土の画家・鹿毛正三(1923~2002)の作品には、一筆でリズムカルに表現された人々や、軽やかで勢いのある筆づかいなど、野口の影響が色濃く表れています。展覧会では、昭和の巨匠たちに加え苫小牧ゆかりの画家たちの作品もご紹介します。



②鹿毛正三《暮れる支笏湖》
 1975年
 苫小牧市美術博物館蔵



学芸員 細矢 久人

会期 9月19日(土)~11月29日(日)

所 美術博物館 電 (35)2550