



新規メンバー追加!

けん玉日本一の加藤未羽さんが
KUSATSU BOOSTERSメンバー
として新たに加わりました!!

かとう みう
加藤未羽

Miu Katou
けん玉日本一



プロフィール

- ・平成19年7月19日生まれ
- ・小学校1年生からけん玉を始める(玉川けん玉教室所属)
- ・第21・22回全日本クラス別けん玉道選手権大会 SAクラス(最高クラス)2年連続優勝

✂️キリトリ



水生植物公園 みずの森

〒525-0001
下物町1091
☎568-2332
FAX 568-0955



ガーリック醤油唐揚げ

材料(4人分)

- | | |
|---------------|---------------|
| 水菜…150g | ミニトマト…8個 |
| にんじん…50g | 砂糖…小さじ1/2 |
| ・唐揚げの材料 | ・ガーリック醤油 |
| 鶏もも肉…360g | しょうゆ…大さじ1 |
| 酒…大さじ1 | にんにく…1かけ(15g) |
| おろししょうが…10g | ごま油…小さじ2 |
| 片栗粉…大さじ3 | |
| サラダ油(揚げ油用)…適量 | |

- ① 鶏もも肉を3〜4cm角に切り、酒、おろししょうがと混ぜ、漬けておく
- ② 水菜をよく洗い、1cmの長さに切る
- ③ にんじんは皮をむいてシリシリ器ですりおろし、砂糖と混ぜ、水分が出たら絞る。ミニトマトは洗って半分に切る
- ④ ガーリック醤油用のにんにくをみじん切りにする
- ⑤ ①に片栗粉をまぶし、180度の油で揚げる
- ⑥ お皿に②と③を盛り付け、⑤の唐揚げを乗せる
- ⑦ フライパンに油を入れて弱火で④を加熱する
- ⑧ にんにくが少し色づいたら火を止めてしょうゆを加え、かき混ぜて熱いうちに⑥へかける

●1人分当たり
エネルギー…307kcal
食塩相当量…0.9g
食物繊維…2g



草津・たび丸
Kitchenの
公式レシピは
こちら

コツとポイント

ガーリック醤油で食べるサラダ風唐揚げです。市販のガーリック醤油を家庭で再現できるレシピを考えました。



cookpad recipe

Kusatsu Information

いつでもどこでも「広報くさつ」



市ホーム
ページ



ラジオえふえむ草津
(FM78.5MHz)
「声の広報」



スマートフォン用アプリ

- マチイロ
- SideBooks(ちいき本棚)

市公式ソーシャルメディア



草津市メール 配信サービス

市の情報をメールで
配信するサービス



くさつチャンネル

さまざまな動画や、
びわ湖放送(BBC)
で放送されている
草津スケッチもこ
ちらから配信!



市の花
アオバナ



市の木
キンモクセイ

2月28日現在
(対前月比)

- 人口
140,423人(-44)
- 世帯数
64,669世帯(-21)
- 男 70,331人(-39)
- 女 70,092人(-5)