

若い世代向けの広報紙

ゆるっとリニューアル

Teensnews

図書館だより(令和5年7月号)

発行:大分市民図書館(J:COMホル
トホール大分内)

TEL:(097)576-8241

http://www.library.city.oita.oita.jp/



ゆるっとリニューアルしましたTeensnews。
さてさて、今回は夜食のお話です。

夜食

夜遅くまで勉強してたり、ゲームやネットをしてたりすると、ちょっと小腹が空きませんか。私はそんな時、米を炊いておにぎりを握ります。人の手で握ったおにぎり、美味しいんですよね。しかも具は無しで塩のみ。

賛否両論あると思いますが、私は塩むすびが最強だと思っています。

塩、米、水、炊き方、握り方によって全く違う味わいになるので、深いところまで突き詰める事ができ、こだわりだすと沼です(笑)。簡単にも出来るし、極める事も出来る、非常に興味深い料理だと思います。

という事で、お勧めのおにぎり関係の本がこちら！



おにぎりの本
おにぎり協会/監修
〔辰巳出版〕

日本人のソウルフード「おにぎり」。炊き方から握り方、更にはお勧めの塩まで。おにぎりの全てがここにあります。レッツおにぎり！



塩図鑑
塩屋・青山志穂/著
〔東京書籍〕

塩にこだわりを持つ人にお勧めの図鑑です。105種類の中からおにぎりに合う塩を探せますよ。

おにぎり以外のお勧めはこちら！



ギルトフリーなおやつ 食べても罪悪感なし。川上ミホ/著〔文化出版局〕

夜食への意識が変わってきている世代向けの本がこちら。食べても罪悪感無しなので、いくらでも食べられますよ！



お手軽食材で失敗知らず！やみつきバスレシピ リュウジ/著〔扶桑社〕

テレビで引っ張りだこのリュウジ氏による話題のレシピ本です。無限湯通しキャベツも掲載されています。作りましたが、とてもおいしかったですよ。

という事で今回はレシピ本等の紹介でした。

これ以外にもレシピ本はたくさん置いていますので、ぜひ図書館を活用してみてくださいね。

また、みんなに教えたい面白いもの・流行っているものを教えていただければ、調べて自分なりに記事にしていきたいと思いますので、ぜひ、**図書館YAコーナーのアナログ掲示板**の方に投稿をお願いしますね。