



「タカサキキッチン」は、地産産の食材を使い、季節や旬に合わせたレシピを紹介していくコーナーです

レンジで丸ごと新タマネギ煮

新タマネギを丸ごと味わえる一品です。外側は肉厚な食感を、中心部分は素材の甘みを楽しめます。手軽に作れるので、もう一品おかずが欲しいときにぴったり。

今回のイチ押し食材…タマネギ

4～5月の春先に出回るのは、収穫後すぐに出荷される新タマネギ。少し平べったい形をしていて、柔らかくみずみずしいのが特徴です。



【作り方】

- 1 タマネギは皮をむき、上下を切り落とし、十字の切り込みを深めに入れる
- 2 耐熱皿にタマネギを置き、コンソメと黒コショウをかける。ふんわりとラップをかけて、電子レンジ (500W) で3分30秒加熱する
- 3 レンジから取り出し、タマネギにとけるチーズをのせる。再度ふんわりとラップをかけて、レンジで1分ほど加熱する
- 4 刻んだパセリをかけてできあがり

！ おすすめ

辛みが少なく甘みが強い新タマネギ。加熱するほど甘く、とろとろになります。加熱時間を調節し、自分好みの食べ方を楽しみましょう。

【材料(2人分)】

新タマネギ…1個(約250g)
 A[コンソメ…小さじ1/2弱
 黒コショウ…少々
 とけるチーズ…1枚
 パセリ…少々
 (1人分 80kcal)

76.2

ラジオ高崎番組案内

問い合わせ先：ラジオ高崎 ☎322-5555

マイタウン高崎 (月～金曜日、午前9:15・午後0:30)

RADIOTAKASAKI
 JOZZ3AQ-FM TAKASAKI FM76.2MHz-STEREO-

「マイタウン高崎」は、毎回ゲストを招いて、市内で行われる催しや市からのお知らせなどを紹介する番組です。

主な放送予定	放送予定日	主な放送予定	放送予定日
家庭用浄化槽の設置に補助します	4月16日(木)	はまゆう山荘のイベント ノルディックウォーキングと浅間隠山登山	4月27日(月)
新型コロナウイルス感染症対策 緊急経済対策資金融資制度	4月20日(月)	倉淵の自然を満喫できる トレイルランニングコースとせせらぎ公園	4月28日(火)
こすげ 「上野三碑かるた」ができました	4月21日(火)	寝たきりの人などが対象 無料の出張理美容サービス	4月30日(木)
新型コロナウイルス感染症対策 予防のために今できること	4月22日(水)	5月は消費者月間です	5月4日(祝)
がん治療による医療用ウィッグなどの 購入費用を助成します	4月23日(木)	日本の染織文化やその魅力を発信する 染料植物園を紹介します	5月5日(祝)

どろまみれになって思いっきり遊ぼう

吉井どろんこ祭り

■日時=5月31日(日)午前10時～午後1時

■会場=吉井町多比良

吉井どろんこ祭りは、田んぼを舞台に、大人も子どもも全身どろまみれになって目いっぱい遊べるイベントです。「手つなぎ親子リレー」や「しろかき走」、恒例の「ウナギのつかみ取り」など、手に汗握る競技が盛りだくさん。飲食物の販売もあります。

いずれも、費用は無料です。競技に参加するには、当日会場での申し込みが必要です。詳しくは、市ホームページ(右記)で確認してください。

問い合わせは、吉井支所地域振興課(☎387-3111)へ。



プレイベント

吉井どろんこ国際バレーボール大会

どろんこ祭りと同会場で、バレーボール大会を開催します。

- 日時=5月30日(土)午前10時～正午 ●対象=中学生以上で1チーム5人以上
- 定員=先着36チーム
- 費用=無料 ●申し込み=5月7日(木)までに、市ホームページから応募。申込書は吉井支所地域振興課と市役所1階市民情報センターでも配布します



会場周辺は大変混み合います。牛伏ドリームセンター、ネオマックス(5月31日だけ)、多比良分校跡の臨時駐車場をご利用ください。31日は午前8時30分から各臨時駐車場と会場を結ぶ無料シャトルバスを運行します

4月から番組をリニューアル

76.2 高崎のお昼はラジオ高崎で決まり

ラジオ高崎
 絶賛放送中



高崎の旬な話題や市民生活に関わる話題を楽しく迅速に伝えるため、ラジオ高崎(周波数 76.2MHz)は、4月に番組改編を行いました。主な番組改編は以下のとおりです。お聞き逃しなく。

問い合わせは、ラジオ高崎(☎322-5555)へ。

◆お昼の新番組

STATION NOW!!

月～木曜日、正午～午後1時

地域や市民に密着した話題、イベント情報など高崎の“今”を伝える情報が盛りだくさん。“気になる”をぎゅっと1時間にまとめて伝える生放送の番組です。

ring a bell

金曜日、午前11時～午後1時

音楽・本・映画など旬な話題から、ちょっとマニアックなトピックまでエンターテインメント情報をお届けします。

◆英語に特化した番組をスタート

Chat on Air

水曜日、午後8時～8時30分

英語を母国語とする市内在住の外国人が市内・県内のおすすめスポットやイベントを全て英語でお届けします。

Colorful English

月～金曜日、午前6時45分～6時55分

子ども向けの英会話を中心とした新番組です。5月4日(祝)スタート。英会話に興味がある人や英語の勉強を始めた人にもおすすめです。

◆再放送枠を充実

好評の「西山小雨の音楽食堂」[Sio.com] [Music Sans Frontières] 「高崎歴史散歩道」など、番組の再放送を増やします。



詳しくはコチラ