



鳥取発祥の人気レシピ『スタミナ納豆』

今回は、寒さにも負けないスタミナが付く料理を皆さんにご紹介します。その名も「スタミナ納豆」！数年前に某テレビ番組で取り上げられ、SNS上でも話題になったのでご存じの方もいらっしゃるかもしれません。もとは鳥取県倉吉市で30年程前に学校給食の献立として提供されるようになったメニューですが、その後鳥取市内の学校でも提供されるようになり、20代前半のスタッフも給食で食べた経験があります（地域によって差があるかもしれません）。メインはひきわり納豆と鶏ひき肉（筆者は小粒納豆が好きです）。味付けにはごま油・しょうが・にんにく・醤油・タバスコを使い、納豆の独特な味や匂いを和らげ、納豆が苦手な子供でも美味しく食べられるようになっています。ご飯に乗せても大変美味ですよ♪みなさんもぜひ試してみてくださいね。



インターネットで検索すると、スタミナ納豆の給食レシピやアレンジレシピなど、いろいろ紹介されています♪

移住ガーデンスタッフ
(60代男性)おすすめ!

移住ガーデンで近所さん

移住ガーデンからすぐ近くの飲食店を2つご紹介します。まずはお隣、オープン約40年の「歳時記」。もともとは純喫茶（今では死語ですが）で、階上にはビリヤード台もあり娯楽の場でもあったそうです。現在はランチ営業（概ね11時～13時半、土日祝休み）のみで、おすすめは日替わり弁当（680円）です。メインの他に野菜中心の副菜がうれしいヘルシーランチは、女性客に特に人気です。

そして、ガーデン3軒隣にあるのが、コーヒー&バー「ニューオーリンズ」。オープン約35年で、年季の入った木材づくりのカウンターやテーブルなどが、老練で物静かなマスターとともにとてもいい雰囲気です。バーといっても午前10時から営業（10時～23時、不定休）しているので、食後や午後のコーヒータイムにもおすすめです。ウィスキーやカクテル類はもちろん、その都度ドリップで淹れるコーヒーもマスターのこだわりが詰まっています。静かに流れるジャズを聴きながら、たまには一人でグラスを傾けるのもいいかもしれませんね。知る人ぞ知るこれらのお店、ガーデンにお越しの際は、ぜひ立ち寄ってみてくださいね。



歳時記

鳥取市永楽温泉町110
TEL:0857-24-6345



ニューオーリンズ

鳥取市永楽温泉町108
TEL:0857-23-5800



イベント情報(2・3月)

2/26(土)・3/26(土) ガーデン移住者交流会

【会場】鳥取市移住・交流情報ガーデン 【参加費】無料

【時間】13:30～15:00 【要予約】先着10名



お申込みは上記QRコードか、お電話からお願いします。(TEL:0857-30-6631)

※ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間、要予約・人数制限(10名まで)・開催時間を短縮させていただきます。また、新型コロナウイルスの影響により、開催中止となる場合もございます。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

鳥取市移住・交流情報ガーデン

鳥取市永楽温泉町109 【鳥取駅徒歩5分】

☎0857-30-6631 開館:10-18時(水曜定休)



SNSフォロー
お願いします!



ツイッターはじめました!

鳥取市地域振興課
@tottori_chiiki

