



青つぶ 盛夏の頃、町内各所から笑い声といいにおいが漂ってくる。北海道の限られた夏を家族や親戚・仲間楽しんでむバーベキューだ。欠かさないのがこちらの「青つぶ」。磯の香りが強く、あまり焼き過ぎずに柔らかくいたいただくのがおすすめだ。酒や醤油をたらして沸騰した頃に食べ頃を迎える「焼きつぶ」は、お外で皆で食べると尚、美味しい郷土の逸品である。

鹿部の今が旬な食材



しかべタイムズ

しかベタイムズは鹿部温泉観光協会が、鹿部の旬な食材や、鹿部の仕事に関わる魅力ある人、観光情報、鹿部の旬な情報などをお届けしていきます。

今月の旬な鹿部人 ソウルボーカリスト音音さん



函館市出身。幼少期にマイケルジャクソンの音楽を聴き、歌に目覚める。ゴスペルミュージック等から強い影響をうけ渡米。ニューヨーク市立大学(CCCNY)クラシックパフォーマンス科にて勉学の傍ら、ハーレムゴスペルクワイヤーに入団しブルーノートニューヨーク、ブルーノート福岡、ブルーノート大阪等に出演。大学卒業後帰国、JUJU、MHIRO (FULL OF HARMONY)のコーラスサポートやジャズ、R&B、オリジナルの企画で都内のライブハウスに数多く出演。2022年、活動の拠点を北海道へ移すべく鹿部町へ移住。地元のカフェやレストランで精力的にライブ活動をし、2025年1月函館市ブルーポイントでのライブでは150名以上を動員、盛況を博す。

海と温泉の祭りでは、軽やかに踊り出したいような曲を中心にお送りします。夏の太陽とお祭りの空気感、そして、生演奏のハーモニーを会場で、お楽しみください♪

音音

私が担当しております!

鹿部温泉観光協会 金澤 佑



令和7年 8月 第32号 隔月発行

アウトドアでも大人気! 「つぶとほたてのアヒージョ」

今回のお料理は 滝野幸子さん

【材料】(3~4名分)

ベビーホタテ5~8個、ボイルつぶ貝5~8個、しめじ1房、椎茸3個、えのき1房、茹でたブロッコリー1/2個、オリーブオイル200cc、アヒージョの素1袋

【作り方】

- ①椎茸やブロッコリー・つぶ貝、しめじやえのきは房から外し、一口大に切る。
- ②鍋にオリーブオイルとアヒージョの素を入れて混ぜ、具を入れる。
- ③火をかけてぐつぐつ沸騰したら、蓋をして火加減を調整する。全体にオイルが馴染んだら出来上がり。

【ポイント】アヒージョの素がない時はにんにくと塩コショウで代用できます! パンやお酒にも合う! 残ったオイルでパスタもおすすめです!



cookpad

日本最大のレシピサイト
クックパッドに掲載中!
「鹿部さっちゃんクック」
で検索してね!!

「清掃活動ボランティア募集」
鹿部温泉観光協会では、海と温泉の祭り翌日に、清掃活動を実施しております。参加希望の方は下記まで、ご連絡ください。

01372-7-3500

(担当:金澤)

