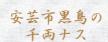
Nuturition Managers Recipe







【千両茄子】

あきナスとベーコンのペペロンチー

全国で栽培されている長卵形のナス では主な品種。果色と光沢が良く、 皮も柔らかくて食味も良い。

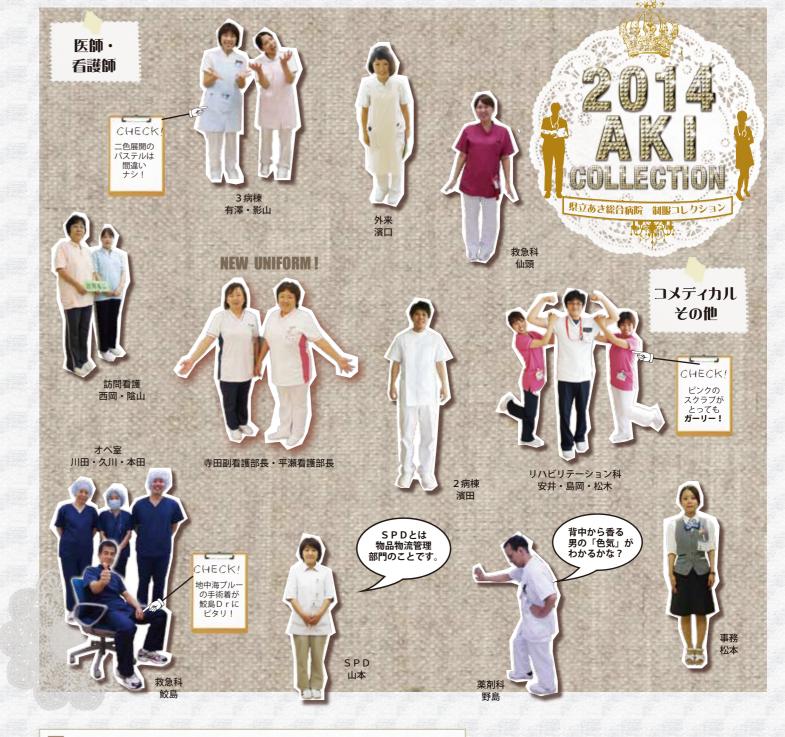
材料 (2 人分)

パスタ (スパゲティ)1.7mm	150g ~
ベーコン	60g
ナス	90g
ニンニク1かけ	10g 程度
赤唐辛子	少々~1本

塩分	糖質	脂質	たんぱく質	エネルギー
0.6	58.6	21.0	14.4	491
g	g	g	g	kcal

作り方

- お湯を沸かし 0.6~0.8% くらいの塩を入れてパスタをゆで始める。 (8~9分ゆでるので、この間に具とオイルを準備する。)
- 2 材料を切る。 (ベーコンは 1cm 幅、ナスとニンニクはスライス。) (切っていない赤唐辛子なら輪切りにして中の種を取っておく。)
- ③ フライパンでベーコンを弱火で炒め、いったん取り出す。 ベーコンから出た脂でナスを焼き、これも取り出しておく。
- ④ フライパンにサラダ油とニンニクを入れ、弱火でじっくりとニンニクの 香りを油に移す。
- 5 ニンニクが薄くきつね色になったら取り出し、輪切りにした赤唐辛子 を入れ、湯切りをしたパスタとベーコンをフライパンの中で油とから めるようにさっと炒める。
- ⑥ 皿にパスタを盛付け、焼いたナスとニンニクをトッピングする。



第3回あき祭り を催します。



日時: 平成 26 年 10 月 29 日(水) 10:30~14:00

会場:県立あき総合病院やま棟2F 内容: ○豆電球ライブ (10:40-11:30)

○生活習慣病チェック

○販売コーナー

(お好み焼き、おでん、パン、 クッキー、ジュースなど)

※入場無料!

第8回 NEWS ふれあい医療教室 を催します。

日時: 平成 26年10月25日(土) 13:30~16:00

会場:室戸市保健福祉センター やすらぎ 夢ひろば

「新しくなった県立あき総合病院の 機能と役割について」 (県立あき総合病院 院長 前田 博教)

「狭心症と心筋梗塞のおはなし」 (県立あき総合病院 副院長 古野 貴志)

NEWS ふれあい看護体験 を催しました。



実践している場面の見学や体験を通して看護に ついて関心を深めてもらったり、多職種との交 流により医療や看護のあり方を共に考えること を目的としています。当院ではリハビリ室を見 学したり、手術室で手洗い体験をしたり、病棟 では看護師と行動を共にし現場の対応を体験し ます。看護師をはじめ医療関係の進路に進んで くれることを願い、様々な部署とのふれあい計 画を組んでいます。

