



交流支援員 ノミン

# 月刊 ゴヨゴヨ

皆さん こんにちは！

モンゴルのゾーンモド市の出身で交流支援員のノミンです。

今月の「月刊ゴヨゴヨ」のコーナーでは、モンゴルの料理「ポーズ」についてご紹介します。

## モンゴルでは、3月1日～5日に旧正月「ツァガン・サル」が行われました。

2月号のこのコーナーで「ツァガン・サル」は、モンゴル文化において非常に重要な行事であるということをご紹介しました。皆さん覚えているでしょうか？お祝いの時、モンゴルの伝統的な料理をふるまいますが、その中の主な料理は「ポーズ」と呼ばれる餃子のような蒸し料理です。今日は、この「ポーズ」の作り方を説明します。

### 材料は：4人分

小麦粉（薄力粉）300g～400g、肉（羊と牛肉）400g～500g、玉ねぎ1個、にんにく3かけ、塩小さじ1、コショウだけです。

① ボールに小麦粉と温水を入れて、手でよくこねます。一つにまとめ、10分ぐらい休ませます。

② お肉を細くなるまでよく刻んでミンチにします。日本では豚肉と牛肉のミンチで作ってもいいです。玉ねぎとニンニクを細かく切って、肉と一緒にボールに入れて、塩とコショウを加えてよく混ぜ合わせて肉餡を作ります。これで、ポーズを作る準備ができます。

③ 生地を分けて、それぞれ棒状に伸ばし、切ってボールに入れます。

④ ひとつずつめん棒で薄く円形に伸ばします。伸ばすとき注意することは、めんの中を厚めに、周りは薄めに伸ばすことが大事です。

⑤ 皮の真ん中に肉餡をのせて、引っ張るようにして作ったひだを寄せながら包みます。

⑥ 水が沸騰して蒸気が出てきたら、ポーズを蒸し器で、15分から20分ぐらい蒸します。大きい皿に盛りつけて完成です。

皆さん、楽しみながら「ポーズ」作りを体験してみてください。

## 令和6年度 J-クレジット契約企業一覧

令和6年度中にJ-クレジットの購入契約を締結した企業を、予定も含めて一覧で紹介します。およそ800トンが購入されました。日南町の森林を保全し、地球温暖化対策に役立っています。

契約日	購入企業名	販売(t)	仲介者
R6.6.11	(株)ケイズ	100 t	山陰合同銀行
R6.6.12	(有)橋本工業所	30 t	山陰合同銀行
R6.6.12	(株)友新	13 t	山陰合同銀行
R6.6.12	山進運輸(株)	13 t	山陰合同銀行
R6.6.25	(株)カンダ技工	50 t	山陰合同銀行
R6.6.26	(有)福井事務機	5 t	山陰合同銀行
R6.7.7	(株)足立本店	10 t	米子信用金庫
R6.7.11	(株)テクニカル・クリーン	30 t	鳥取銀行
R6.7.24	(有)笹間建材店	5 t	山陰合同銀行
R6.7.30	(有)松友	5 t	鳥取銀行
R6.8.2	米子ガス産業(株)	5 t	山陰合同銀行
R6.8.5	三嶋クレーン(有)	40 t	山陰合同銀行
R6.8.16	(株)ヨシケイ山陰	60 t	山陰合同銀行
R6.8.19	(株)広洋コンサルタント	20 t	山陰合同銀行
R6.9.18	(有)多林製作所	5 t	山陰合同銀行
R6.9.20	(有)福岡組	10 t	山陰合同銀行
R6.9.30	(株)大丸水機	20 t	山陰合同銀行
R6.10.8	(有)中浜運輸	15 t	山陰合同銀行
R6.10.9	(有)サクセス	50 t	山陰合同銀行
R6.11.5	サンクリーン(株)	10 t	山陰合同銀行
R6.11.6	日成工業(有)	15 t	山陰合同銀行
R6.11.20	(有)ケーアイ建築設計	5 t	山陰合同銀行
R6.11.29	(株)ワーパス	10 t	米子信用金庫

契約日	購入企業名	販売(t)	仲介者
R6.11.29	(株)大新	20 t	鳥取銀行
R6.12.12	(株)ティビエム	20 t	山陰合同銀行
R6.12.16	(株)内田スプリング大山工場	10 t	山陰合同銀行
R6.12.20	(株)平設計	10 t	山陰合同銀行
R6.12.27	(有)酒井建設	20 t	山陰合同銀行
R7.1.8	(株)モチダ	5 t	山陰合同銀行
R7.1.23	(有)新生電気工事	5 t	山陰合同銀行
R7.1.27	(株)鳥取ホンムラ	10 t	山陰合同銀行
R7.2.4	(株)中海テレビ放送	10 t	山陰合同銀行
R7.2.7	(有)大生建設	20 t	鳥取銀行
R7.2.7	(有)近藤板金工作所	10 t	鳥取銀行
R7.2.7	(株)マシン・メンテナンス	5 t	鳥取銀行
R7.2.17	日進測量(株)	40 t	-
R7.2.19	(株)リンクス	50 t	-
R7.2.25	(株)ウッズカンパニー	20 t	山陰合同銀行
R7.3.6	スリーエステクノ(株)	15 t	山陰合同銀行
R7.3.6	中嶋石油(株)	10 t	山陰合同銀行
R7.3.7	第一運送(株)	20 t	山陰合同銀行
R7.3.11	DXホールディングス(株)	100 t	山陰合同銀行
R7.3.13	(株)ディー・エム・エス	30 t	山陰合同銀行
R7.3.18	(有)今松工務店	15 t	山陰合同銀行
R7.3.24	(株)ヒキノ	13 t	山陰合同銀行

