

# ミニデイおとこの台所 八幡山だより

## 2月の料理

R-24 キャベツと豚肉の重ね煮(ドイツ風)

R-25 天国と地獄(ドイツ料理)

R-67 じゅんさいの汁椀

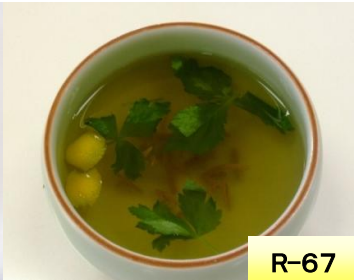
R-134 菜の花とツナの炊き込みご飯



R-24



R-25



R-67



R-134

「天国と地獄」料理は牛肉の肩ロース肉を使用。野菜と共にじっくり煮込んで柔らかくしました。肉と野菜の旨みが出た煮汁を使ってスープを1品追加。また、余ったキャベツを漬けもの塩で揉んで、もう1品追加しました。



R-25煮汁スープ



## 会員だより — 細井 虎雄さん

私が「おとこの台所・八幡山」に入会したきっかけは、家内が世田谷区広報の「おとこの台所」のインフォメーションを見てこれは私に合うのではないかと強く勧めてくれました。正直言って料理は貴方まかせで朝サラダを作ったり、ちょっとした炒め物するくらいでまったく自信がないまま入会しました。入会して2ヶ月程すぎてメンバーの方々のサポートもありまして「おとこの台所」ならではの料理の楽しさを味あうようになりました。普段テニスやゴルフや絵画など趣味として楽しんでいますが入会して1年半を過ぎた今、我が家で習った料理を「おれの料理」と勝手に銘打って酒のつまみで一杯やるのが何とも言えない格別なひとときです(笑)。私は「おとこの台所・八幡山」は月1回の参加ですが、第3土曜がとても待ち遠しい日になりました。



### 2月以降の厨房担当は

第1土曜日 主担当 水沼さん 副担当 小川さん  
 第3土曜日 主担当 小川さん 副担当 水沼さん  
 が担当する事になりました。

### 3月の予定

3月 3日(土) 【 台所・八幡山 】  
 3月 17日(土) 【 台所・八幡山 】