

ミニディ おとこの台所・野沢だより

■今月の料理(4品)+吸い物



『①じゃがいものアンチョビ・ガーリック炒め』は、くし切りのジャガイモを+ウィンナーでアンチョビソースを使い炒めています。

『②アボガドと海老のタルタル』は、硬めのアボガドが美味しくいただきました。ピンクペッパーは料理のいずどりに貢献しています。

『③白鶏(パイチイ)中華冷皿』は、きざみねぎをたっぷりかけるとパンチが出ます。

ご飯は、具沢山で贅沢な『④五目ばら寿司』ですが、+の吸い物『⑤鳥皮とレタスのスープ』は、残り食材を活用したものです。

※4月から『定例料理』は、第2土曜、第3火曜に開催することとなり。 厨房リーダーは別府さんをお願いしています。食材の手配・計画や購入担当配分など(サポート:兜山さん、実方さん)も担当していただいています。

■今月の家庭料理(4品)+デザート



メニューは「①鮭のホイル焼き」、「②ブロッコリーの胡麻マヨ和え」、「③梅ひじきご飯」、「④焼き海苔のスープ」、+デザート「⑤イチゴミルク寒天」で、定例料理レシピに劣らぬと皆さん大変満足でした。

※「家庭料理」第3土曜の厨房リーダーは兜山さんで、レシピの準備から、食材の手配(サポート:実方さん)も担当していただいています。兜山さん得意のスイーツも楽しみです。

《お知らせと報告》

- ① 4月から 台所の定例レシピは従来のWord版に加え、拡大版PDFの両方をメール添付でお送りしています。家庭料理レシピはPDF版です。これで添付ファイル付きメールが届かないトラブルは解消すると思います。
- ② 兜山さんが担当する第3土曜(家庭料理)のレシピは、参加者する皆さんからの幅広い提案を採用して行きたいそうです。是非、要望・意見を出していただくなど幅広い協力をお願いします。
- ③ H29年度の皆勤賞は下記の6名に決まりました。さつき祭で表彰の予定です。
大久保紘彦、大村信行、小田部晋、佐藤正彦、野岸敏雄、藤岡昭
- ④ 5月16日 おとこの台所グループのさつき祭を開催します。(野沢からは13名参加の予定)
受付開始 12:15/会食開始 12:45/終了 15:00/場所:三茶しゃれなあと5階/会費:2,000円

■今月の投稿(写真)



《5月の予定》

- 5/12(第2土) 野沢台所(定例会)
- 5/15(第3火) 野沢台所(定例会)
- 5/19(第3土) 野沢台所(家庭料理)
- 5/28(第4月) みんなの料理

野沢ふれあいの家のつつじがあまりに綺麗だったので写真を投稿しました。

皆様からの投稿もお待ちしています。(伊藤まで)