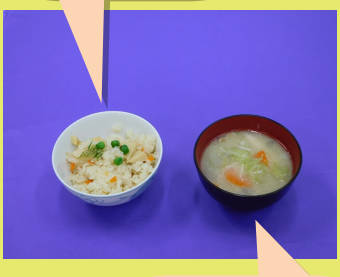
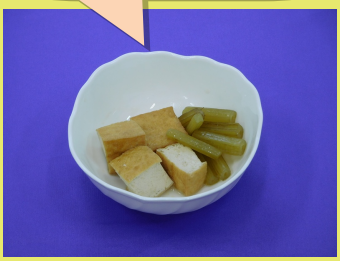
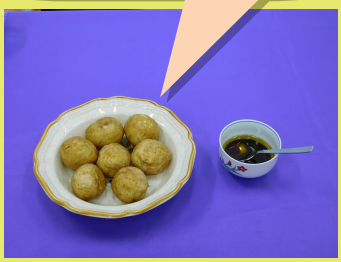
ミニデイおとこの台所・上北沢だより　２０１８年　６月　１日　第５６号
発行者おとこの台所・上北沢　作成／駒澤重光

＊おとこの台所ホームページ　おとこの台所　検索　グループニュース・各台所だより・活動の歴史etc

高級食材を使った合わせ調味料で手軽に本格派の味付け
エビとアスパラガスのＸＯ醤炒め
鰹昆布だしベースの煮汁が良くしみた蕗と厚揚げの炒め煮







＊炒めすぎないこと、よく味をしみ込ませることが大事。

エビとアスパラガスのＸＯ醤炒めは、アスパラガスを炒めすぎないようにしましょう。少し芯が残る程度に炒め、調味料を加えたら強火でサッと絡めましょう。

蕗と厚揚げの炒め煮は、煮てる間に数回厚揚げと蕗をひっくり返して、煮汁がまんべんなく絡むようにしましょう。また、味と蕗の仕上がりが好みに合うように煮詰め具合を調整するため、火加減を上手に使いましょう。

＊今月のゲスト

今月は８名（男性１名、女性７名）が参加されました。

お酒放談　第１８話

前沢　正

日本ワイン

山梨県の勝沼をベースとした甲州種の白ワインの品質向上と和食に合う日本ワイン、そして今や国際機関での評価が海外で急激に上がっています。同県は甲州種を主体としたブドウ棚方式の栽培で歴史を作ってきました。

ブドウの糖度を上げ、高品質の白ワインを作るには、欧州と同じ垣根方式にしなければなりません。山梨大学、ブドウ農家、ワインメーカーの連携と、フルーツからの甲州種を葡萄酒原料にする為の生産方式への大転換です。つまり、ワイン用のブドウ作りです。後発の長野県は千曲川流域に着々と垣根方式のブドウ畑を造成しています。将来どっちの県が主流になるか楽しみです。

＊さつき祭が開催されました

５月１６日（水）恒例のさつき祭がシャレナードで開催されました。参加者は１３２名（上北沢は９名）で、動き回るのも大変なほど。皆勤賞は大矢さんが総代として授与されました。

上北沢/　６月の予定

６月１３日　定例会

６月２７日　定例会