

# ミニデイ【おとこの台所 桜新町だより】

発行責任者 桜新町広報: 柏木君夫、岡元正史

おとこの台所に参加して、最初に学んだこと。  
料理中の包丁の置き方です。

まな板の一番奥の遠いところへ、体と平行に、刃を  
向こう側へ向けて置くこと。

テレビの料理番組を観ていると、有名料理人やシェ  
フは必ずやっていますね。

以前は無造作に包丁を置いていましたが、イロハ  
のイ、習慣にしたいと思います。

♪夏がくれば、思い出す、はるかな尾瀬、遠い空♪  
♪霧のなかに、うかびくるやさしい影、野の小径(こ  
みち)♪

♪水芭蕉の花が、咲いている、夢見て咲いている、  
水のほとり♪

50年ほど前、旧国鉄の、今は廃止になった夜行列  
車で沼田駅に降り立って、バスに乗り換えて、夜明  
けの鳩待峠へ。朝焼けの至仏山から、尾瀬ヶ原の  
木道を歩いて、薄暮の山小舎に泊まりました。歩荷  
(ぼっか)さんが人力で荷揚げするので、食材は少  
ない一汁二菜の普通の夕食でしたが、本当に美味  
かったなあ。

今は体力も気力もなくなったので、3,000メートル  
級の山はなかなか無理ですが、この夏、尾瀬なら  
まだ行けそうです。

♪石楠花(しゃくなげ)色に、たそがれる、はるかな  
尾瀬、遠い空♪



### お知らせ

今年も9～11月に至誠会看護専門学校の実習  
生を受け入れます。詳細は7月に決まります。

### 活動記録 2018年6月

6月7日(木) 定例会 メンバー17名出席  
グループ副代表の水沼さんがゲスト参加

6月8日(金) 定例会 メンバー17名出席

### 6月のメニュー

なすのミートソース風味(イタリア風)

スペアリブのオレンジジュース煮(スペイン風)

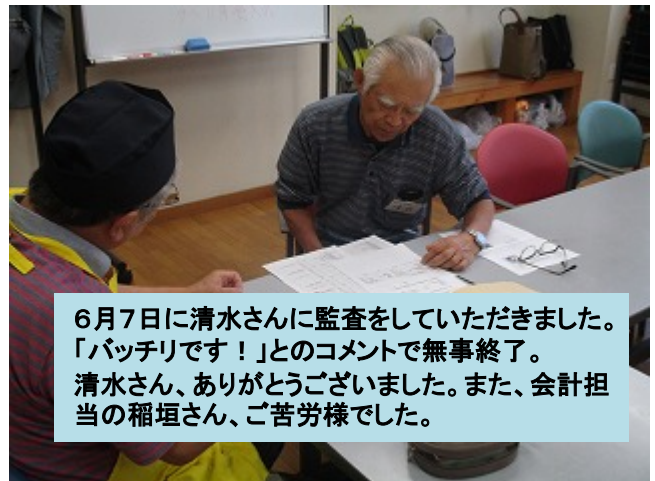
春雨の冷拌

そら豆とアサリの炊き込みご飯

### 「冷拌」って何と読むの？

どうやら「りゃんぱん」と読むらしいです。

「拌」は「和える」という意味で、「冷拌」は  
冷たい和えもののことだそうです。冷たいのが  
あれば、温かいものがあるのは当然で、流行り  
の台湾混ぜそばも「拌」料理のひとつなんだそ  
うですよ。



6月7日に清水さんに監査をしていただきました。  
「バッチリです！」とのコメントで無事終了。  
清水さん、ありがとうございました。また、会計担  
当の稲垣さん、ご苦労様でした。

### 7月の予定

7月 4日(木) 定例会

7月 12日(金) 定例会