

ミニデイ おとこの台所・野沢だより

■今月の料理(4品)+味噌汁



メインは手前中央の『①スペアリブのオレンジジュース煮(スペイン風)』で、スペアリブですが骨が少なく、柔らかい肉のかたまりの料理に仕上がりました。上部左の皿は、お酢をきかせたドレッシングの『②春雨の涼拌』で、右の皿は『③なすのミートソース風味(イタリア風)』です。夫々味が異なるので種々な料理を食べた感じがして満足できました。ご飯は『④そら豆とアサリの炊き込みご飯』で、+アルファは、さっぱりした『ナスと玉ねぎの味噌汁』です。全体として取り合わせが非常に良いなと感じられるランチでした。

■今月の家庭料理+デザート



「①トウモロコシの炊き込みご飯(醤油バター風味)」と「②豚汁」をたっぷり用意しました。これだけで満足ですが、副菜に大きな「③豆腐生春巻き」が付いて充実感がありました。+アルファは、「④水ようかん」がデザートでした。スイーツは兜山さんの得意のジャンルですが、上手に作るコツはレシピにある材料の比率を正確に守ることだそうです。

■6月30日たまごの家(<http://blog.canpan.info/setabora-vc/archive/254> 参照)へ出前シェフ活動



5月ゲストとして迎えた『たまごの家』より、料理作りの支援依頼があり、野沢メンバー5名(宮崎、別府、兜山、実方、伊藤)で、初めて出前活動を行いました。当日は、『たまごの家』設立2周年とのもので、歌、踊りなどのエンターテインメントもあり、多数の参加者が集いました。料理は、今月の料理(4品)+水ようかんを38名分作り、大変美味しかったと好評を得ました。

《7月の予定》

- 7/14(第2土) 野沢台所(定例会)
- 7/17(第3火) 野沢台所(定例会)
- 7/21(第3土) 野沢台所(家庭料理)
- 7/23(第4月) みんなの料理

お知らせと報告

① 6月2日、台所の創設者の1人、龍國朝さんが心不全でご逝去されました。享年84歳。ご冥福をお祈りいたします。

龍さんは料理の指導役で500以上のレシピを創作した偉大なリーダーでした。「偲ぶ会」が「みんなの料理」「松原台所」「光岡さん・NPO法人LINK」で予定されています。希望者は各人申し込んで下さい。

② 6月1日、台所の創設者の1人、小竹智久さんの「傘寿」のお祝いの会が有志23名により開催されました。

③ 料理便利帳・エプロン・和帽子の申し込みは終了しました。申込者には7月に配布します。

なお野沢の台所では、今後入会予定の会員用に料理便利帳4冊とエプロン4着を別途注文しています。必要な方にはいつでも販売いたします。・料理便利帳(550円)・エプロン(1684円)

④ 7月14日(土)に八幡山の水沼良夫さん(おとこの台所グループ副代表)が朝から参加されます。