

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

9月6日(木)の教室に、至誠会看護専門学校の実習生2名が参加されました。実習生の祖父世代の我々老輩は、未来あるしっかりした若者を頼もしく思いながら若い力をもらいました。10月、11月もそれぞれ2名が参加される予定で、今から楽しみです。

さて今月のレシピのひとつが、夏野菜「オクラの冷椀(帆立味)」。「オクラ」の名称が英語の「okra」に由来することを知ったのは、中学か高校の頃でした。先にいくほど細い優美な形状から別名「lady's fingers」とも呼ばれているとか。



一度、自家で育てたことがあります。黄色い花びらに真ん中が真紅の綺麗な花が咲いて、1週間ほどで空豆と同じように上向きの実がなります。オクラは成長(1日1センチ)が早いので毎日収穫しなければならず、採るのが遅れるとトウが立って固くなるので、オクラが実るとの食卓で食べるのとの競争で、結局、オクラの成長力に負けてひと夏でギブアップしてしまいました(笑)。その花が食べられるのを知ったのは、最近のことです。世田谷区のJA東京中央のホームページに、花オクラが詳しく紹介されています。

(http://www.ja-tokyochuo.or.jp/service/110901_02.html)
区内にJAのファーマーズマーケットがあるので、今度、買いに行ってみようと思っています。



活動記録 2018年8月・9月

8月27日(月) 納涼会 メンバー17名参加
高橋前代表が参加
※ホームページに記事がアップされています。
(定例会はお休み)

9月6日(木) 定例会 メンバー17名出席
ゲスト3名参加

9月14日(金) 定例会 メンバー18名出席

9月のメニュー

オクラの冷椀(帆立味)
大根と豚肉の炒め煮
鶏肉と腸詰の酒蒸し
キノコとエビの炊き込みご飯

看護学校の実習生がゲスト参加

6日の教室に至誠会看護専門学校の実習生2名がゲスト参加されました。毎年のことなのですが、若い実習生から元気をもらうから、食後の歓談もいつもより弾みますね(?)

実習生お2人からは、「美味しい」という言葉に加えて「雰囲気が素晴らしくて楽しかった」と、元気が出ちゃうコメントをいただきました。

来月・再来月も実習生がやってきます。楽しみです。



10月の予定

10月4日(木) 定例会
10月12日(金) 定例会