

ミニディ おとこの台所・野沢だより

■ 今月の料理 (4品)



メインは①鮭の味噌チーズ焼きと②いかときゅうりのサラダです。鮭は味噌とチーズが良い仕事をしていて美味しく頂きました。生いかのさばきはほとんどの方にとって初めてで大変苦勞しました。久しぶりの生魚を使った料理なのでしっかり火を入れて頂きました。

ご飯は③豆ともやしと牛肉の炊き込みご飯。炊き込んだ牛肉は公平に配分しました？

④バナナのベーコン巻きはデザート風に食しました。

食材の残りを利用してお麩入りの上品な京風白みそ汁を作りました。

■ 今月の家庭料理 (4品)

- ① 我が家の中華風ちまき: アルミホイルを使った兜山家の自慢料理で奥様に大人気だそうです。
- ② レンコンと明太子: 火の通った明太子、蓮根の歯触り、酒に合いそうな、なかなかおつな料理です。
- ③ スープ: 前回の台所料理で余ったベーコンを利用した中華風スープでちまきに合っていました。
- ④ 生チョコレート: 兜山さんが得意のデザートですが、柔らかく出来てしまいスプーンでいただきました。



■ 子育てママのリフレッシュ DAY in 野沢



10月31日(水) 野沢ふれあいの家(台所・野沢拠点)で行われ「ゆるゆる太極拳&お茶・おしゃべり」を2組のママさんが楽しみました。野沢の兜山さん、川内さんが協力してマカロン、ココアマカロンを作り提供しました。



《報告とお知らせ》

- ・10月からおとこの台所・野沢の開催案内は、大久保が担当しています。開催案内の回答締め切りは第2土曜日の2週間前をお願いすることになりました。皆様のご協力よろしくお願いたします。
- ・閉鎖直前の築地市場を10月5日(金)に10名ほどで散策しました。HPに投稿記事があります。
- ・たまごの家で2回目の出前シェフを10月7日(日)に実施しました。HPに投稿記事があります。

《11月の予定》

- 11/10 (第2土) 野沢台所 (定例会)
- 11/17 (第3土) 野沢台所 (家庭料理)
- 11/20 (第3火) 野沢台所 (定例会)
- 11/26 (第4月) みんなの料理