

# ミニディ おとこの台所・野沢だより

## ■ 今月の料理（4品）



おつゆは③大根とサケ缶のスープ煮。下茹でする大根の厚さをそろえるため、なんと定規が登場しました！ご飯は春らしく④里芋と菜の花のご飯でした。

メインは①青梗菜（チンゲンサイ）の蒸しあんかけ「緑の丘の朝日」と②春雨の炒め煮です。「朝日」とは？と質問がでて、調理の別府さんが「太陽です」と言いながらいろいろと解説をしていました。お椀の底に太陽を敷き、青梗菜を慎重に載せて具を詰め、見事に朝日は上りましたが、食べるときには半分でした。春雨は長さを切るか切らぬかが問題。でも、切らなくてもいけました。



## ■ 今月の家庭料理（4品）+α

メインの①温たま牛丼は、野沢の台所史上初の一人半合に近い大量ご飯で準備しましたが、上等な牛肉で完食続出となりました。

細切り生姜をトッピングした②さばの味噌煮は、川村さんの味付けが最高で大好評でした。

③煮物は、野菜の人参と鶏肉がマッチし、きれいでさっぱりな仕上がりでしたが他のメニューのボリュームに押されて若手に持ち帰りをお願いしました。

④吸い物は、さいの目豆腐が入り美味しかったです。

⑤スイーツは、緑のきな粉をまぶしたうぐいす餅で、レシピは、兜山さんの頭の中にあり別途紹介していただくことになっています。



## 《報告とお知らせ》

・野沢は2月で5周年を迎えました。発足時の功労者を迎え、新年会を兼ねた記念会合を2月10日に三軒茶屋銀座アスターで行いました。台所のホームページをご覧ください。

・例年の花見の会を3/28 ないし4/4の木曜日に実施予定です。別途案内を出しますので振るってご参加ください。

## 《3月の予定》

- 3/9（第2土）野沢台所（定例会）
- 3/16（第3土）野沢台所（家庭料理）
- 3/19（第3火）野沢台所（定例会）
- 3/25（第4月）みんなの料理
- 3/30 たまごの家出前シェフ