



「おとこの台所・きたざわ」だより

2月の料理

- ①青梗菜(チンゲンサイ)の蒸しあんかけ
- ②大根とサケ缶のスープ煮
- ③春雨の炒め煮
- ④里芋と菜の花のご飯

<2月19日の状況>

「とにかく食べましょう。感想は後で。いただきまーす！」と食べ始めたのは既に13時。もどしたり、蒸したり、煮たり、多くの食材と手順に悪戦苦闘。「大根の皮と水菜のサラダ」を追加して5品、ボリュームたっぷりの料理が15分足らずでほぼ完食でした。



大人数分作るの大変



細かい作業も大変



<料理後のみんなの声>

- 今日の料理も豪華だね。
- 今日の食材の種類、多いよね。
- 「青梗菜の蒸しあんかけ」中身が多かったね。ハンバーグみたい。
- ラップにはポリエチレン製（粘着性が低い）とポリ塩化ビニール製（粘着性が高い）の2種類があるんだって。今日はポリエチレン製を使用。
- 春雨、固いのと柔らかいのができちゃった。混ぜたよ。
- 春雨って茹で時間はいろいろなんだね。
- 大根は調理が簡単かと思ったけど、柔らかくなるまでに時間がかかるね。事前にレンジでチンしたんだけどね。もっと長くやっとならよかった。
- メニューを考えるのはきっと大変ですよ。予算も、季節もあるし。

《みんなのコラム》

伊藤雄一さん

千葉県浦安市から参加の伊藤です。「おとこの台所」参加の経緯は、平成18年海外旅行で小竹さんとお会いしお誘いを受けた事、その場にいた家内から背中を押された事で、以来12年多くの仲間と様々な催しを楽しんでいます。平成20年には浦安市に「台所」の姉妹教室たる「おとこのまかない」を地元同士と共に起ち上げ、小竹さんはじめ幹部の方々にも浦安までお出で頂いたり、浦安メンバーが世田谷でゲスト参加したりと交流を続けています。「きたざわ教室」では会計を担当しております。まだ寒さの残る時期、アヒージョを作り美味しいワインを楽しみたいと思っています。



教室参加者	会員	ゲスト	合計
2月5日	13	1	14
2月19日	13	0	13

<今月の予定>

3月5日(火) きたざわ教室
3月19日(火) きたざわ教室

