



「おとこの台所・きたざわ」だより

5月の料理

今回は、教室の実況中継でまとめてみました。

<準備>



まずはゴミ箱を作ろう。厨房担当が巻き方を図解これでいいのかなあ、まだ覚えてないんだよね。ご準備有難うございます。



<焼き春巻き>



1枚ずつに剥がすの難しいね。



具材を入れて巻く。春巻きの皮はすぐ乾燥するので、事前に具材を全部準備して、手の届くところにおいてね。クッキングシートの上に並べよう。焼いたときくっつかないように。巻き終わったらラップをかけておこう。乾燥しないように。

<鶏羽児(チパール)>



まずは煮る。12人分はすごい量だね。煮たらアミにあげて乾燥させよう。重ならないように置いて。最後はキッチンペーパーで水分をとろう。



片栗粉を軽く振ってから揚げよう。温度を測ってね。春巻きの調理とオープンがダブっちゃうんで、今日は揚げるだけでいこう。

<帆立貝のバターソース>



いろいろいいでしょう。ミニトマトをあしらってみました。パセリの準備もバッチリ。

<きゅうりと豚肉のスープ>



きゅうりと卵は最後だよ。きゅうりの触感を残そう。あれ、卵がダメになってないかい。ひょっとして卵入れてからまぜちゃったの？まぜちゃだめよ。ま、いいか。



<出来上がり！>



直前にスープとご飯をよそう。あったかいのを出すからね。(実は、ちょっと前にスープをよそってしまい、これが2回目)(この日は超悪天候。外はご覧のとおり大雨、大風)

<料理後のみんなの声>

鶏肉、うまいねえ、味つけもいいし、骨離れもいいわ。すごい。ホタテ、柔らかくていいね。春巻き、チーズがいいねえ。ブロッコリー、ちょっと固くない？歯ごたえがあっていいか。失敗した方が記憶に残っていいよ。何も分からずにうまくいくと覚えなから。これで予算大丈夫なの？肉は高いけど、その他は意外と安いよ。よく時間内にできたね。悪天候の中、皆さんお疲れさまでした。今日も大満足でした。

《令和元年さつき祭に参加》

5月26日三茶しゃれなあどで開催されました「令和元年さつき祭」にきたざわから7名のメンバーが参加しました。そのなかで行われました抽選会では、何とそのうち3名のメンバーが抽選に当たり賞品をもらいました。喜びの様子が右の写真です。ほかの教室のメンバーとも交流し楽しいひとときを皆で過ごしました。



《みんなのコラム》

佐藤信弘さん

1年半ほど前、NHKで「おとこの台所」を見て、インターネットで調べました。家は代々木八幡なので、一番近いきたざわに入会させていただきました。毎回のレシピは4品とボリュームもあり、美味しい料理ばかりで感激しています。毎度の食材の調達及び、村木さんと上野さんの調理の指導は大変であると思い、感謝しております。



教室参加者	会員	ゲスト	合計
5月7日	13	0	13
5月21日	11	1	12

<今月の予定>

6月4日(火) きたざわ教室
6月18日(火) きたざわ教室

発行担当(きたざわ) 石田健蔵 薬師寺清幸