

令和元年7月号

おとこの台所・砧

発行担当：増木

7月

第107号

おとこの台所・砧 お勝手だより

※おとこの台所ホームページ [おとこの台所](#) 検索 グループニュース・各台所だより・活動の歴史 etc

TOKYO2020 チケット予想通り当たりました？
当たらないという予想が当たったのです！！
半日かけて申し込んだのに！暇だからこそできた
ことですが！この時季当たらずに
よいのは「食当たり」？「当たり前田のク
ラッカー」・・・夏が続きますが、暑に
当たらないよう(信州の方言)熱中症にご用心！



おやじが頑張った**

おとこの料理



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 たぬきおやじのお勝手
7	8	9 おとこの台所・砧	10 せたぜみ	11	12	13
14	15 海の日	16	17	18	19	20
21	22	23 おとこの台所・砧	24	25	26 7月	27
28	29	30	31			

銀の吹朗開催予定日

6月のランチ

- 鶏肉のグラタンサワークリーム
- 豆腐のアンチョビソース
- 茄子の生クリーム煮
- グリーンアスパラの白和え



今後の予定

- 7/6(土) たぬきおやじのお勝手
- 7/9(火) おとこの台所・砧 龍さんのレシピ
- 7/10(水) せたぜみ(食育の手伝い)
- 7/23(火) おとこの台所・砧 龍さんのレシピ
- 8/3(土) たぬきおやじのお勝手

せたぜみ < No.32 >

- ★ウナ丼
- ★お吸い物
- ★野菜ミックスお新香
- ★ブルーチェ



6月の定食

たぬきおやじのお勝手

- ☆鰻丼
- ☆お吸い物
- ☆お新香
- ☆キウイフルーツ



会食談議
並の鰻を特上にする裏技
6月の「たぬきおやじのお勝手」と「せたぜみ」は土用の丑の日に先行して鰻丼を食す。市販のウナギのかば焼きに熱湯をかけてたれを洗い流してから鍋に烏龍茶を入れて蒸す。アルミホイルに包んでオーブンで2分程焼く。丼に盛り付けてたれをかけたら出来上がり。外はカリッと香ばしく中はフワッフワで柔らかい。特上鰻丼に変身です！
今年の土用の丑の日は七月二七日土曜日です。偶然？是非お試しあれ♪♪



箸休め
夕方四時からの反省会は祖師谷駅近くの「筑前屋」お決まりコースは枝豆に「バカ盛ポテトフライ」リズナブルでネーミングも大受けです！



「令和元年新代表」

令和最初の砧代表は「岩崎さん」にお願いすることになりました。前代表の橋本さんより一身上の都合により暫く休会する申し出があり急遽引き受けていただきました。岩崎さんは厨房担当も兼ねて



いてご負担が大きくなります。皆様の積極的なサポートをよろしくお願いいたします。砧は新会員も増

新会員のご紹介



柳澤 旭 様



飯田イチロオ様

えて、素敵なお仲間が増殖中です！何を頼んでも「レイワいらねえ〜！」たぬきおやじの気風の良さです。

納金② 費地① 会費のきり

♪頭の体操??!!

①川柳クイズ
基地問題
うちがもめるは
□□問題
(公益社団法人全国有料老人ホーム協会主催「シルバー川柳」より)
②歳の差クイズ
自動車の免許を取れるのが一八歳、自信が無くなり□□するのが八一歳
(ネットの投稿より)
★空白部分□を考えましょう
答えは左下段にあります。

