

ミニディ おとこの台所・野沢だより

■ 今月の料理 (4品) (+α)



メインは①鶏肉のグラタン サワークリーム風味と②なすの生クリーム煮です。グラタンは鶏肉を薄くしておくのがポイント。野沢の電子オーブンでも何とか仕上げました。なすは生クリームとバターでおいしくできました。

③豆腐のアンチョビーソースは、水切りして水平に1/2にした豆腐をフライパンに入れそっと扱うのがコツ。すこし崩れましたがうまくできました。④落の白和えは、小林さんのお庭の落を使わせていただき、たっぷりと和えておいしくいただきました。⑤ご飯は白米にしそのゆかりです。みそ汁も付けました。

■ 今月の家庭料理 (4品)

①鮎めしは、つぼ抜きから始まります。割りばしを口(えら)から刺してググッとやるのが難しいところです。②なすの揚げ煮は煮汁がうまくなりました。白髪ねぎは若干太めでした。③油揚げ、ミョウガ、ネギのお味噌汁と、白菜・野沢菜の漬物でいただきました。デザートは④水ようかん(ちょっと失敗?)で、食後にはコーヒーも付きました。もと調理担当の峯さんがゲストで参加されました。



《報告とお知らせ》

・6/8 日大の学生さん4名をお迎えしました。調理担当の別府さんの学友です。台所メンバーのいろいろな活動状況の紹介などをしました。園田さんも日大に通っていますので一緒に記念写真をとりました。



・6/18 社協の中尾さんと佐々木さんが訪問されました。社協広報の取材も兼ねてということで、メンバーの調理中の写真を撮られていました。昼食時には、野沢の活動の紹介、別府さんの料理紹介、救急カードなどの説明とAED、WiFi設置などの社協へのお願い・質問などの話し合いをしました。社協からは、野沢地区社協だよりなどの説明を頂きました。

《7月の予定》

- 7/13 (第2土) 野沢台所 (定例会)
- 7/16 (第3火) 野沢台所 (定例会)
- 7/20 (第3土) 野沢台所 (家庭料理)
- 7/15 (第3月) みんなの料理