

ミニディ おとこの台所・野沢だより

■ 今月の料理 (4品)



メインは①白身魚の紙包み焼きです。真鱈をクッキングシートやフォイルで包んでオーブンで焼きます。野沢は電子レンジ/オーブンですので、数が多いときは時間が掛かり、段取りに工夫が必要です。



②ご飯の代わりにジャガイモのお焼きが付きます。ジャガイモのすりおろしは男の仕事だそうですが、腕力自慢でも疲れたら交代が必要です。
 ③鶏手羽先と大根のスープ煮は、手羽を手羽元と手羽先に分けて焼き、時間をかけて煮込みました。大根はいちょう切りの面取りをして煮崩れないように煮込みました。
 ④クラムチャウダー(マンハッタン風)はトマト味です。あさがり小さく、はまぐりは無しでしたが、野菜を多くしていただきました。



■ 今月の家庭料理 (4品+α)

メインはなんと①松茸ごはんです。米国産の松茸が手に入りました。やや不足気味の香りを強調するために、永谷園さんのご協力を得て?、若干の工夫をしました。今年初めてという人も居て大好評でした。代替で検討していたエリンギは不要となりました。野菜は②柿とレタスのサラダ。ミカンも合せて、すっきりとした味で、季節の品が勢ぞろいしました。お汁は③中華スープです。玉ねぎ、にんじんと溶き卵に鶏ガラスープでした。デザートは④林檎のバターソテー。ブランデーの香りとシナモンパウダー、ホイップクリーム添えです。ドリップコーヒーが付きました。



《報告とお知らせ》

- ・料理活動の時間短縮・効率化の手段として、高熱力セットコンロを追加購入し、自動コーヒードリッパーを武藤さんからいただきました。
- ・11月30日(土)若林で「たまごの家」出前シェフを行いました。野沢からは別府、佐藤、大村、伊藤、大久保の5名が参加しました。上馬台所の田口信彦さんにもご協力いただいています。
- ・12月8日(日)第39回「区民ふれあいフェスタ」が世田谷区民会館中庭で開催されます。おとこの台所(八幡山)の出店がなされます。詳しくは、下記をご参照ください。
<https://www.city.setagaya.lg.jp/event/fukushi/d00182551.html>
- ・12月21日(第3土)は家庭料理を予定していましたが、野沢4丁目町内会の「もちつき大会」と日程が重なることが判明し、町内会を優先することとし、台所は休会としました。
- ・12月21日(第3土)野沢の忘年会が開催されます。担当の伊藤さんから案内が出ますので申し込んでください。
- ・令和2年『さつき祭』は、5月6日(水)に開催されることとなりました。

《12月の予定》

12/14(第2土)	定例1
12/17(第3火)	定例2
12/21(第3土)	家庭料理 休会
12/21(第3土)	忘年会