

おとこの台所・鳥山だより

2月03日(月) レシピ料理 17名(会員15名+ゲスト2名) 10日 レシピ料理 20名

R-132 鶏肉と白ねぎの黒酢炒め R-133 蓮根のシュウマイ R-161 牡蠣と白菜と蕪のミルク煮
R-162 春菊とお揚げの煮びたし



3日、牡蠣を煮過ぎ少し硬くなり気味なので、10日は煮過ぎないように改善した。

シュウマイは、皮が小さく出来栄はまちまちであったが味は良好に仕上がった。

3日は世田谷ウォーキングフォーラムの方、2名が久しぶりに参加され、料理に良い評価を頂いた。



2月17日(月) お好み料理 17名

・オムビーフシチュー ・オニオンスープ ・トマトとアボガドの和風サラダ



ビーフシューの肉は薄切り、人参ジャガイモはすりおろしにし赤ワインを少し多めに入れ、沸騰させた後デミグラスソースを入れて煮込み、トロミが丁度良くなり水は追加せず、美味しく仕上がった。

余ったジャガイモはフライドポテトにした。

和風サラダの食材が多く、余った分は欲しい方に差し上げた。



2月24日(祝月) お好み料理 17名

・塩ちゃんこ鍋 ・大根サラダ ・デザート



22日の「おとこの台所」のグループ会議にて、コロナウイルス対策事項が決まり、この日は全員マスクを付けて料理を行った。

会員の中の野菜を栽培している方は、凄く大きい大根とネギを又蒟蒻を栽培している方は、手作りの蒟蒻を提供して頂き、具材豊富な鍋が出来上がった。



コロナウイルス対策

本件に関しては、皆様既にメルにて、ご案内のように、3月の台所は通常通り開催致します。但し健康に不安を感じた方は無理して参加しないで下さい。厚生労働省、社協よりの予防対策事項を守り、元気で楽しく行いましょう。

鳥山 富沢三郎

2020年3月の予定

- ・3月02日(月) レシピ料理
R-92 骨付き鶏と白菜の薬膳煮
R-93 白菜の蒸し肉団子
R-42-2 筍のサラダ
- ・3月09日(月) レシピ料理
同上
- ・3月16日(月) お好み料理
- ・3月23日(祝月) お好み料理
- ・3月30日(祝月) お花見料理

発行担当 森田義治