

5月

第129号

きぬたの台所 お勝手だより

令和3年5月号

きぬたの台所

発行担当：増木

※###の台所ホームページ

###の台所

検索

HPPS://seta-odk.com/odk

グループの活動、会報 etc

緊急事態宣言発出で5月になりました。三度自粛！もう慣れてしまいましたが、「めげる酒好き」です。25日には砧公園で「薫風浴の会」が予定されています。延長がない事を願うばかりです。



台所は休み、辛抱する老木に花が咲く？
※シバザクラの上空を泳ぐ鯉のぼり
山梨県某公園風景



プレイバック2013年5月21日
★薫風浴の会 砧公園



1	土
2	日
3	月
4	火
5	水
6	木
7	金
8	土
9	日
10	月
11	火
12	水
13	木
14	金
15	土
16	日
17	月
18	火
19	水
20	木
21	金
22	土
23	日
24	月
25	火
26	水
27	木
28	金
29	土
30	日
31	月

おうちde料理

2021年5月たぬきのお勝手(作ってみました)

1)「キャベツのマヨオカカ和え」



＜材料＞ 二人分
*キャベツ 1/4
A マヨネーズ 大2
かつお節 2g 醤油 小1
*刻みのり 適量 塩 少々
*細ネギ小口切り 少量
＜作り方＞

- ①一口大にちぎったキャベツに塩少々をふりかけレンジ500Wで2~3分加熱する
- ②水気を切り粗熱を取ったらポウルにAを入れ和える。
- ③器に盛り付け、細ネギ、刻みのりをかけて完成。

※簡単レンチンおつまみ。無限キャベツ？

2)「豚コマ白菜のトロ卵とし」



＜材料＞ 二人分
*豚コマ肉 200g 塩胡椒 少々
*白菜 200g 長ネギ 1/2本
*水 500ml 鶏ガラスープの素小2
*味醂、麵つゆ 各大2
*溶き卵 2個
*片栗粉、胡麻油 各大1
*細ネギ小口切り 適宜

- ＜作り方＞①白菜は2cm幅、豚コマは3cm幅に切る。長ネギは5mm幅の斜め切りにする。
- ②フライパンに胡麻油で豚コマ肉を炒め塩コショウを振って肉の色が変わってきたら、白菜、長ネギを加えて中火で2分程炒めて、調味料を混ぜ合わせてひと煮立ち
 - ③溶き卵を回し入れ蓋をして中火で2分
 - ④器に盛り、細ネギをちらして完成。

※白菜は鍋シーズンのイメージですが、今では年中もの、鍋シーズン過ぎると値下がり？
※調味料の加減はお好みで調整して下さい。



★2014年5月29日
京王フラワーガーデン

プレイバック「バーベキュー2014」あの頃みんな若かった？虫をはじめ薫風浴、暑気払い、それに熟年探偵団、台所の課外活動が色々ありました。お酒も旨かった！

そんな時代を憂うのは歳のせい？いいえこれは「コ」ナのせい！そう思いつつ「もう」とはね？「届く」は「ク」チン「接」種「案」内！「バ」オ「超」えて「バ」オ「ン」です…？

「再開記念吹矢大会」開催予定
◆5月18日(火)15時~砧地区会館
◆豪華賞品を用意!(前号のつづき)

感謝の気持ちを添えて贈る
ふくろう刺繍のハンカチタオル

★銀吹ニュース★

♪頭の体操???

①川柳クイズ
お若いと言われ□□を脱ぎそびれ。
(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)
★空白部分□□を考えましょう 答えは左下段にあります。

②歳の差クイズ
ドラマの続きが気になるのが一八歳、
続きが□□□□か気になるのが八一歳
(ネットの投稿より)

お勝手だより 2021年5月号