

ミニディ おとこの台所・野沢だより

今月は、通常の料理を作って食べるという活動を、実に久しぶりに定例1・定例2と2回も行うことができました。家庭料理はお休みとしました。

ようやく定例の活動ができるようになってきたのですが、コロナ禍で活動を長く中止したり控えめにしたりしている間に、皆さん体調や生活全体の変化などがあるようで、出席を希望される方が少なめになってきているようです。衛生管理に十分気を付けて積極的に参加し、体調を整えましょう。

■ **今月の料理 3品 + α** 5/14 定例1 (参加8名)、5/17 定例2 (参加7名)

皆さん久しぶりなので、コロナ対策、手洗いなど基本的なことを再確認してから、楽しそうに調理の開始です。

1品目は「独活(うど)の豚肉巻き 味噌風味」です。3cm長に切り、皮を厚く剥くのですが、厚みの加減が分かりにくく縦に切ったり桂向きふうに切ったりしてみました。皮の残りや、使わない部分はきんぴらにして食べました。

材料の独活は旬を少し過ぎたせいか入手しがたく、昨日売っていたスーパーが今日行ったらなかったということがあり、厨房担当の大村さんが、なんと自転車で、大田市場まで買い出しに行き、入手してくれました。持帰ってくれた大田市場のパフレットで盛り上がりました。2品目は「アスパラガスとアンチョビーの包み焼」です。グリーンアスパラの根の方の筋を剥くのですが、上の方まで剥きすぎたりしました。春巻きの皮は斜め半分に切って巻いてみました。マニュアル片手ながら、電子オーブンは順調に動きました。



3品目は「青豆の炊き込みご飯」です。左が定例1，右が定例2の出来上がり。盛り付けはワンプレートにしたり、ご飯だけ別盛りにしたりしました。今期からレシピは3品目に絞っていますが、汁物が欲しいので別途作りました。

■ 今後の予定

6月の活動は、上記の5月活動時に皆さんの意見もいただき以下のスケジュール・内容で決定しました。

6/11(土) 台所定例料理

6/21(火) 台所定例料理

6/18(土) 大田市場見学会

※別途伊藤リーダーから案内が出ますので振るってご参加ください。