3

8

9 火

10 水

11 木

金

水

日

月 22 23

24

25

27

28

26 金

29 月

2022年

第144号

## おとこの合作は

令和 4年 8月号

おとこの台所・砧 発達: 增木

暑い日が続きます。汗をかいたらギンギ ンに冷えたビールで乾杯!といきたいとこ ろですが、このご時世では残念です。

右の写真笑顔が良いですねぇ~夏はこれ だ!と思いつつ今日も家飲み? 料理だけでなく、たまには別のイベントが



あっても良いかな?とりあえず ウチワの話としてですがね。 今月の台所は全休です。 熱中症・BA.5にご注意を!



秋山ブラザーズです。

の名からお兄さんの「眞の名からお兄さんの「光男さんの「眞 12 13 14 15 月 16 火 17 山 18 木 兄 19 金 弟 20 土 21

お兄さんは、料理 が丁寧、あと が丁寧、あと が丁寧、あと が丁寧、あと のには驚いたに が丁寧、あと の字何とませる が 写 入

☆デザート

たぬきおやじのお勝手2022年7月2日 参加11名





☆お吸い物



## 「定例料理」 2022年7月 12 日(A) & 26 日(B)



♪7月のランチ!

○新玉ねぎの炊込みご飯 ②新ジャガと鶏肉の照り焼 ③ゴーヤの海老詰め揚げ

☆簡単即ウマ釜玉そうめん

☆そうめんチャンプルー

○味噌汁&デザート

参加者 12円9名 26日9名







## この字何と読む?

- (1)処暑
- ②活魚
- ③鰰(鱩)
- (4) 魚刀

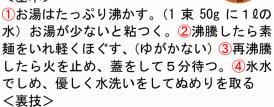
答えは想像通りです。 これが読めたら



支部登り 朗 菌 世 田

◎30 火 31 状況により変更あり

料理の裏ワザNa.2 そうめんの基本の茹で方と裏技



◆お湯を酸性にするとでんぷんの溶け出しを 抑える事が出来ます。そこで1束に1個の梅 干しを入れるとよりこしが出て美味しくなり ます。茹でた梅干しはつゆに入れても大丈夫 です。酢やレモン汁でも代用できます。(岩崎)

## ♪今月のデザート♪ 覚えていますか?





♪頭の体操???!!

出思②八聞来う早一こ 八聞 ば七 0

煮十二〇 ハなえこ間① ふ答の入りり

懲りずに続けます