

ミニディ おとこの台所・野沢だより

10月に入りコロナ感染は一段落している感もありますが、野沢でも感染者が出ています。皆さん、感染に留意して過ごしましょう。

10/18 野沢の運営状況等の確認(社協監査)のため社協の訪問が有りました。

10/27 かつば橋道具街で調理関連商品の見学・調査のためぶらぶら歩きを行いました。

■ 今月の料理 3品 + α 10/8 定例1 (参加 12名)、10/18 定例2 (参加 7名+社協1名)

1品目は「里芋とマッシュルームの炊き込みご飯」です。定例1では里芋の手剥きにてこずりましたが、定例2では処理済みの里芋を購入しました。

2品目は「ゴーヤと鶏肉の酢醤油和え」です。鳥胸肉はフォークで穴をあけ、電子レンジで加熱。手順としては簡単です。ゴーヤの薄切り、塩揉みもこなしました。

3品目は「イワシのアクアパッツァ」です。イワシの処理は頭は包丁で切り離し、腹をちょっと切ってから手で内臓を取り除きました。塩のまぶしは難しく、やや多めにまぶした感もありますが、出来上がりはまあまあで味は良く出来上がりました。

10/18は社協の金子さんは見学かたがた調理も手伝っていただき、うまく仕上がりました。兜山さんのデザートも付きました。



■ かつば橋周辺ぶらぶら歩き 10/27 参加 8名

2回程現地調査を行いコースを設定してくれたので効率的に歩けました。

(11:00~15:40 8,000歩ほど)

高価な包丁、ステン製のザルなどには手が出ませんでした。野沢で使う紙のランチョンマットを購入。

エプロン、和帽子などのお店も見学。

かつば寺は、園田さんが予約してくれていて、滅多に見ることが出来ない『かつばのミイラ』を見学することが出来ました。



■ 今後の予定

- 11月の活動は、11/12(第2土)と11/15(第3火)の台所定例料理です。レシピは、白身魚のかぶら蒸し、鶏肉と木耳のピリ辛炒め、大根ときのこの炊き込みご飯です。ご期待ください。
- エプロン、和帽子の購入希望者は、11/15までに伊藤にご連絡ください。
- 『野沢の台所10周年記念』を2023年2月に遅めの新年会を兼ねて開催します。企画企画希望者を募ります。