

ミニデイ【おとこの台所 桜新町だより】

発行責任者 桜新町広報：柏木君夫、岡元正史

◎ 木村 毅（たけし）様が、入会されました。

◎ 10月の活動報告。

6日の参加者は、14名（体験参加の木村さんと至誠会看護学校の実習生お二人を含む）。

14日は、18名（至誠会の実習生お一人を含む）でした。

久しぶりに至誠会の実習生さんの参加で、華やいだ定例会になりました。

ウィズ・コロナのなかで、少しずつですが「台所」にも、日常が戻ってきていますね。



◎ おとこの台所 料理便利帳

桜新町の台所へ入会したときに、購入させていただいたA4版44頁の小冊子です。おとこの台所10周年記念に刊行されたもので、監修は「龍國朝」氏。

座右の書になっています。

★内容は、料理を始める前に、野菜の切り方、調味料、だしを取る、計量、煮る、炒める、揚げる、茹でる・蒸す、焼く、電子レンジ・オーブン、野菜の旬、魚の旬、新鮮な食材の見分け方、（肉の）部位別名称と使い方、冷凍と解凍、冷蔵庫の使い方、スパイスとハーブ、ドレッシング、合わせ酢、たれ・ソース、市販調味料、盛り付けの基本、テーブルセッティング、後片付け・手入れ、料理用語、行事食、テーブルマナー、料理の裏ワザ、語呂で憶える料理の基本。

一例を紹介すると、「三里四方の野菜を食せ」。小松菜や練馬大根など、地産地消の勧めです。



11月の定例会 3日（木）、11日（金）です。