



# 「おとこの台所・きたざわ」だより

## きたざわ 近藤代表のご挨拶



令和五年

### 台所の皆様、明けましておめでとうございます！

三年に喃々とするコロナ禍の影響で生活環境が著しく損なわれておりますが、こんな時こそ地域支援の団体としての台所の頑張りどころだと思います。 本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

(近藤和威)



## 12月の料理

- ① きのことエビのカレー風味
- ② 豚肉とブルーンのワイン煮
- ③ 大豆とじゃこの五目ご飯
- ④ -1 とろろ昆布早出しスープ (第1火曜日)
- ④ -2 白菜のコンソメスープ (第3火曜日)



まず材料作りから。人参を5ミリ角にきざむのは相当難しいね。



ワイン煮はどんな具合かな。



盛り付けが大事。こんな感じ？



出来ました。おいしそう。第3火曜日版です。



左が第1火曜日組、右が第3火曜日組。 今年も元気に楽しい教室になりますように。

教室参加者	会員	ゲスト	合計
12月6日	8	0	8
12月20日	8	0	8



### <今月の予定>

1月10日(火) きたざわ教室  
1月17日(火) きたざわ教室

発行担当 (きたざわ) 石田健蔵 薬師寺清幸