

7月

2023年  
第155号

# おとこの台所・砵 お勝手便り



梅雨が明ければ猛暑？最近、集中豪雨のニュースが多いですね。日本列島も熱帯気候になってしまったのか？皆さま体調を整えて砵の台所にご参加ください。涼しい部屋で、楽しく料理して熱く語り合しましょう。

7月1日(土)、11日(火)、25日(火)です。

美味しい？料理と楽しい会話でこの夏を乗り切ろう！  
突風！転倒にご用心(＞\_＜)



2023年6月3日  
たぬきおやじのチョットGPT



#たぬきおやじのお勝手2023年6月3日13名

#定例料理2023年6月13日11名&27日12名

④枝豆の混ぜご飯 ⑤鶏むね肉とピーマンの揚げない

♪今月のランチ ①エリンギの洋風炊込みご飯



南蛮漬け

⑥高野豆腐の含め煮

☆サッパリオクラと  
鶏ささみの梅和え  
☆新生姜漬物

⑦デザート

特製フルーツポンチ



②新玉ねぎとカニカマの卵とじ  
③シャキシャキポテの青椒肉絲  
☆デザート  
旬のフルーツ  
スイカ&サクランボ



特製フルーツポンチで

乾杯!



6月の「たぬきおやじのお勝手」は予定していた「Gピック」は雨のため中止になりましたが、くちなしの家で「チョットGPT」を開催しました。折詰弁当を味わい、ピクニック気分を味わいました。折詰弁当もイイね!

たぬき話し



6月27日料理に集中!



【岩崎】丸い方に針で小さい穴を開けるもので原理は同じ)

料理の表技 ⑬  
◆ゆで卵の殻が簡単にツルンと剥ける!  
鍋に湯を沸かし、卵の丸い方を少しだけコツンと割って沸騰した中に入れるだけで、半熟なら7〜8分、固ゆでなら10〜12分で大丈夫です。↓卵にヒビが入りすぎても、熱湯に入れば直に固まります。↓コツンと割る加減は、力を入れすぎず丁寧に割ること。(百均で売られている「ゆで卵を上手に作る器具」も卵の丸い方に針で小さい穴を開けるもので原理は同じ)

楽しくなければ吹矢じゃない!



「銀の吹朗」  
シン銀の吹朗ユニフォーム「ポロシャツ黒」早速着用! 練習に気合が入るー??  
ユニフォームタウン(製作依頼)のホームページに掲載されました。(写真)