

ミニテイおとこの台所 八幡山だより

5月の料理

140 落と鶏肉の炒め物
362 香味野菜のご飯
363 鮭とキャベツのピリ辛炒め
追加 味噌汁。落の葉の煮物



の外側の葉は根本に包丁で切り込みを入れて一枚ずつ手で剥がす、硬い筋は細く切る。豆板醤のピリ辛が利く(363)。追加の味噌汁はこれも旬の生ワカメと新タマネギが材料。落の葉は良く茹でて塩水で洗ってアク出しして煮物に、ほろ苦さが残る。落はどここのスーパーにも出ていない、オオゼキに予約して何とか入手。季節ものは厨房泣かせ。18日、13名の参加。



花菖蒲咲く昭和記念公園へ



JR西立川駅を出ると目の前が昭和記念公園入口、シルバー入園料210円。水鳥の池を通りよく整備された順路に入ると高い木々が目に付く。奥に進み盆栽苑へ、ここは日本初の国営盆栽展示場で樹齢150年の五葉松をはじめ名品がずらり。日本庭園の花菖蒲は咲き始め、池に浮かぶ睡蓮と並んで咲いている。あけぼの口から外に出て、立川駅で昼食。米軍の飛行場跡地を利用した広大な公園をほぼ一周したことに、1万歩を越していた。21日、6名の参加。



渡部さんの舞台公演会



喝采は星の彼方に
かんじゅく座はコチラ

5月10～13日、渡部さん所属の劇団「かんじゅく座」の公演会がありました。今年は演劇の聖地下北沢本多劇場に進出。ある市民劇のキャスト募集に応募した渡部さんは稽古中でも携帯に出るといふ、ご本人とは正反対の自分勝手な役で演出家を困らせている。ここに新川さんの奥様も登場、大役に抜擢されて、。舞台は大きな拍手喝采を浴びて幕に。

6月の台所

1(土) 台所@ふれあいの家
15日(土) 台所@ふれあいの家
吉岡さんによる手打ちそばの会