発行者 おとこの台所・八幡山 神田健三

ミニテイおとこの台所 八幅山だより

9月の料理

331 鶏もも肉のバジルソース

425 イカとモロコシのバターライス

475 茄子と豚肉の香り炒め

茄子の味噌汁、イカワタのホイル焼き 追加

[331] 鶏肉の下に敷い たキャベツで皿がいっ ぱいになりソースの分 量が不足か、ニンジンの グラッセは上手にでき た。[425]イカをさばき

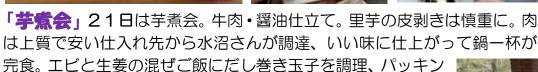
ました、胴からワタの抜き取りは意外に上手くこなしたが、皮むきに大分苦 労。トウモロコシの芯を入れて炊飯して出汁に。[追加]茄子と油揚げで味噌 汁。イカワタとゲソに味噌、酒で味付けしてホイル焼き、お酒が欲しい。令 和の米騒動、元西さん、なんとかサミッットで購入。7日、12名の参加。











グ。希望丘公園に 移動、四阿にて会 食。10名の参加。







東京大仏 西高島平駅から歩いて 20分ほどで赤塚郷土館、丘を登り 武蔵千葉氏の赤塚城跡を見る。坂上 の乗蓮寺に入り東京大仏を見学、昭一 和52年に開眼、当時は奈良、鎌倉に 次ぐ大きさでした。千葉家の菩提寺 である松月院にお参りして光が丘公 園を通り抜け光が丘駅へ。中華料理 店にて昼食。25日、6名の参加。



ふるさとまつり見学 農大前にある食と農の博物館 で土壌研究について説明を受ける。主会場の馬事公苑は リニューアルで広くなった芝生にブースが並ぶ。見学後 バスで祖師谷大蔵駅へ、昼食。8月4日、6名の参加。

会員募集 区の広報掲示板に会員 募集チラシを掲載しました。まち づくりセンターへの申請から管内 19カ所の掲示板への貼り付けま で暑い中の作業。元西、中野、新川 さんの皆様、ご苦労様でした。

おとこの台所グループ 懇親会

- •10月31日(木) 12時~14時
- 渋谷ガーデンパティオ

10月の台所

5日(土) おでん会@希望丘公園 19日(土) 例会@ふれあいの家