



「おとこの台所・きたざわ」だより

「きたざわ」は猛暑対応で8月を休会しましたので、9月は2か月ぶりの再会です。とはいえ9月になってもまだまだ暑い。皆さん、今しばらく暑さ対策を怠らず、元気で乗り切りましょう。

9月の料理

- ① イカとモロコシのバターライス
- ② 鶏もも肉のバジルソース
- ③ 茄子と豚肉の香り炒め
- ④ レタスと卵のスープ



トウモロコシの芯を入れて炊きました。



おっと、奥のコンロの方が火が強いぞ!?



包丁を引きながら、切り口をきれいに!



今日の「きたざわ」オリジナルスープ



< 第 1 火曜日組 >



< 第 3 火曜日組 >

完成です! 「秋の旬(サンマ・栗・松茸)」と「コメ不足・新米」を話題においしく頂きました。

参加者	会員	ゲスト	合計
9月 3日	10人	0人	10人
9月 17日	11人	0人	11人



< 今月の予定 >

10月 1日(火) きたざわ教室
 10月 15日(火) きたざわ教室