

土曜日のプログラムレポート

* 10月4日 *

KKキッチン



おでかけ

今日のメニューは・・・

- ・桜エビとピーマンののり風味黒炒飯
- ・サンラータン
- ・杏仁ミルクプリン

今日のメインは、炒飯。しかし、炒飯は炒飯でも黒炒飯です。この“黒”、何の色だかわかりますか？実は、焦がし醤油の“黒”なのです！桜エビをふんだんに使い、みじん切りにしたピーマンと玉ねぎを入れ、ご飯と炒め合わせるまでは普通の炒飯なのですが、今日はこれにのりの佃煮を絡ませ、最後に醤油をフライパンでわざと焦がし、炒め合わせる・・・。初めてのことでしたが、これがまた、一味違って、美味しいのなんの。皆さんも1度、お試しを。サンラータンは、デイケアの料理ではありがちな、あれも入れようこれも入れよう、とやっているうちに、結構な具たくさんスープに。しかし、シメジとシイタケの味がよく出ていて、とっても身体にやさしい味でした。各々、お好みで、酢を足したり、ラー油を足したりして味を調整。炒飯との相性も抜群でしたね。デザートは杏仁ミルクプリンは、杏仁豆腐の素と牛乳のみで作る、シンプルかつ濃厚な味わい。トッピングしたチェリーが良いアクセントになっていましたね。

来週は“洋風がっつり”メニューに決定！

今日は、鎌倉駅から更にバスに揺られて十二所へ。いえ、決して歩けない距離ではないのですが、ちょっと遠いので・・・。

光触寺は、鎌倉の観光地を離れた土地に建つ、ひっそりとした、しかし由緒正しい、古寺です。ここには、かの有名な運慶作の阿弥陀如来(通称“頬焼阿弥陀”)があり、楽しみにしていたのですが・・・年に数回の別拝観のシステムは現在やっていないようで、お目にかかることはできませんでした。10名以上で予約すると、拝観することができるとのこと。どなたか！一緒に行きましょう(笑)



スタッフ K