

# 土曜日のプログラムレポート

\* 10月25日 \*

KKキッチン

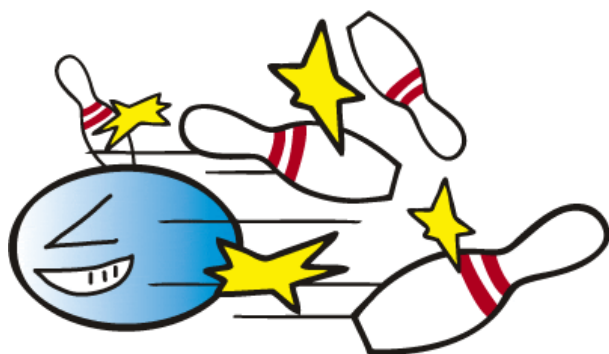


## おでかけ

今日のおでかけはボウリング。

今日はいつもに比べて、ちょっと参加されるメンバーさんが少なかったですが、皆で和気あいあい、楽しんできました。途中で、投球に力が入るあまり、転んでしまったメンバーさんも……。大丈夫だったでしょうか？

来月は、また、大勢でワイワイ行けると良いですね。



今日のメニューは・・・

- ・アボカドとチーズのカレー
- ・温野菜サラダ
- ・黒糖とくるみの求肥

今日のメインは皆大好き(?)カレーです！しかし、カレーはカレーでも、トマト缶が入っています！そして、アボカドがのっています！！カッテージチーズがのっています！！ちょっと変わっていますよね？これが美味しいのですよ。トマトが入ったカレーは、どことなくさっぱりしていて食べやすく、アボカドは、意外にもカレーとよく合い、全体をまるやかに仕上げてくれます。以前にも一度、作ったことがあるのですが、今日も、好評でした。そして、サラダ。最近の土曜の料理では、野菜をたくさん食べることが流行りのようになっているような気がします。つい先日は、生野菜をお皿に山盛りにして食べました。今日は、温野菜を山盛りにして食べました。お手製のアンチョビソースや柚子こしょうマヨドレッシングもよく合っていて、野菜の美味しさを引き立ててくれました。身体に良いことしたなあって感じです。デザートは、白玉粉を練って練って・・・黒糖を混ぜ入れ、くるみをふんだんに混ぜ込み、作りました。これが、実に上品な味に仕上がって、とっても美味しかったのです。こちらを担当したお二方のメンバーさんの丁寧な仕事が光りました！「星、みっつです！！」(笑)