

土曜日のプログラムレポート

* 12月6日 *

KKキッチン



おでかけ

今日のメニューは・・・

- ・元気井
- ・さんまのつみれ汁
- ・ジンジャーティーゼリー

本日は、あっさり和風(?)メニュー。“元気井”というと、巷では、お肉を使った“スタミナ井”のようなものがよく紹介されますが、デイケアの元気井は違います！まぐろのすき身、山芋、納豆、オクラ、温泉卵、なめたけ、めかぶ・・・とこうした具材をご飯にのっけて混ぜて頂くのがデイケアの元気井です。ヘルシーな具材満載です。でも、お腹にしっかりと“くる”のです。今日も、井にたっぷりの具材をかき込みました。汁ものは、さんまのつみれ汁。今日はしょうゆベースの透明なつみれ汁にしました。澄んだお汁の中に、大きなさんまのつみれとたくさんの野菜。さんまの出汁が出て、いやー、美味しいのなんの。もちろん、さんまのつみれも自分たちで作りました。出来合いのものとは味が違いますね。シメのデザートは、ジンジャーティーゼリー。甘みを抑えた大人の味。しょうがの辛みが舌を刺激します。今日は何だか身体が喜ぶメニューでした。

そうそう、作業の方も、各班が担当メニュー(主菜・副菜・デザート)をテキパキと手際よく作り、とてもスムーズに連携がとれていましたね。来週も、このチームワークで美味しいものを作りましょう～！！

本日は、鎌倉の大町あたりのこじんまりした寺をめぐってきました。当初の予定では、延命寺という寺院(これもこじんまり)の本堂に安置されている、運慶作の仏像を拝観することになっていましたが、あいにく、お寺側の都合で拝観できないことに・・・そこで、半ばヤケ(?)でその周辺5つの寺院をめぐってきました。この5つの寺院、こじんまりしていて、寺院によっては「これは、個人宅・・・？」というところもありましたが、どこも、実は由緒正しいお寺ばかり。普段目にとめていなかった寺院を堪能。なんだか満足度の高い寺巡りとなりました。・・・私はそんな由緒正しいお寺で、七福神に十円玉を投げつけてしまうという失態を・・・失礼いたしました。



スタッフ K