

土曜日のプログラムレポート

* 12月20日 *

KKキッチン



おでかけ

今日のメニューは・・・

- ・鶏がゆ
- ・ナムルいろいろ
- ・チョコレートパフェ

今日のメニューは・・・あまり統一性がありません。昨日はデイケアのクリスマス会だったので、お腹にやさしいメニュー・・・と思いきや、ケーキとチョコレートパフェというダブルのデザート！一方でおかゆを食べておきながら、ヘルシーなのか、カロリーいっぱいなのか、よくわからないメニューになりました。ま、これもデイケアの料理らしいと言えば、らしいですかね。

鶏がゆは、ごま油やにんにく、塩で下味をつけた鶏肉を炒めたものが具です。おかゆ自体も、もち米と普通の米を併せて鶏ガラスープで煮ているので、味がついています。とても身体のあたたまるおかゆでした。ナムルは、もやしと人参、ゼンマイ、ほうれんそうの4品を茹でて味付け。併せ調味料がうまく配合されていて、ちゃんと“ナムル”な味わいでした。ナムルってこんなに手軽にできるんですね！デザートのチョコレートパフェは、シリアルにバナナやフルーツ缶をトッピング。アイス多めに生クリームを添え、チョコレートソースをかけて出来上がり。各自で思い思いにトッピングをしました。

つくづく、甘いものは別腹ですね・・・

来週はいよいよ、今年最後の料理です。

今日は、あいにくの天気でしたが、メンバーさん7名と一緒に、鎌倉の極楽寺・成就院をめぐるしてきました。中には江ノ電に初めて乗る、というメンバーさんもいて、それも楽しみのひとつとなりました。江ノ電は、いつも混んでいるイメージがありますが、さすがにこの時季、この天候、ということで、珍しく、座席に座れるほどの空き具合。ちなみに江ノ電の電光掲示は、クリスマスバージョンでした。洒落ていますね。極楽寺・成就院は、しっとりと雨に濡れて、風情のあるたたずまいを見せてくれました。ずっと鎌倉十三仏巡りをしていたメンバーさんは、今日で結願。お疲れ様でした！！



スタッフ K