

土曜日のプログラムレポート

* 1月24日 *

KKキッチン



おでかけ

今日のおでかけは、鎌倉の定番・鶴岡八幡宮・・・ではなく、その元となった元八幡(由比若宮)へ出かけてきました。今日はなんと、総勢14名のエントリー。久々に女子率も高く、華やいだ(?)雰囲気でしたね。

元八幡は、あの鶴岡八幡宮の元の姿とは思えないほど、小さな神社ですが、それでも、そこはかとなく、その歴史の古さを感じさせる、風情のある神社でした。

今日は、その周辺に点在する寺院にもふらりふらりと寄りながら、よく歩いたおでかけでした。



今日のメニューは・・・

- ・豚の角煮
- ・野菜いっぱいサラダ
- ・ほうじ茶ゼリー

今日のメインは豚の角煮！・・・角煮と言えば、じーっくり煮込むものですが、今日は圧力鍋に活躍してもらいました。普段、目にすることがないような、ブロック肉を、豪快に焼き色を付けて、圧力鍋へ。しかし、さすがに圧力鍋といえど、それなりに時間はかかりましたね。それにしても、豚肉もさることながら、一緒に煮た大根の美味しかったこと。サラダは、これまた、普段、こんなに色々な種類の野菜を入れないよね？というくらい、多くの種類の野菜を盛り込みました。デイケアならではのですね。軽く10種類は超えていたでしょう。中には、“モロコいんげん”や“うるい”といった、珍しい野菜も。「なんだかウサギになった気分・・・」とは、ある女性メンバーさんの言葉。でも、身体が喜んでいたことは間違いないでしょう。デザートは、メインの豚の角煮が濃い感じだから、とあっさりとしたほうじ茶ゼリーにしましたが、あっさりし過ぎて物足りない、と、牛乳やガムシロップを加えて召しあがったメンバーさんもいらっしまった様子。「おこちゃまだからさ～」とおっしゃっていました。私は、そのまま、充分美味しく感じましたよ(大人ぶっているわけではありません)。

スタッフ K