

土曜日のプログラムレポート

* 9月5日 *

KKキッチン



おでかけ

今日のおでかけは、鎌倉の定番、建長寺です。もう少し涼しくなっているかな、と思つての計画でしたが、ちょうど暑さがぶり返し・・・汗。でも、長く続いていた雨模様の天気から一転、良いお天気で良かったです。境内では、急な階段を上って半僧坊まで行ってみたり、本尊のお地藏さまに見入ってみたり、のんびりと散策を楽しみました。何度行っても、こうした歴史あるお寺の空気には、こころが洗われます・・・。



スタッフ K

今日のメニューは・・・

- ・ツナと夏野菜の漁師風スパゲティー
- ・明太ポテトサラダ
- ・ババロア(マンゴーソースがけ)

今日のメインはスパゲティー。既に秋・・・ではありますが、あえて、夏野菜です！トマト、ナス、玉ねぎ、ズッキーニ、オクラといった代表的な夏野菜をふんだんに使い、さらに、シーフードミックスを、ニンニクとオリーブオイルで炒め、スパゲティーを絡め、塩・コショウであっさり仕上げました。シンプルなのですが、これが美味しいのです。何と云っても、野菜がたっぷりとれて、「あー、身体が喜んでいる」としみじみ感じる主菜でした。一方、副菜の明太ポテトサラダは、「あれ、こんなに明太子が主張する？」と思うほど、しっかりとした明太味で、普通のポテトサラダとは全く違った味わい。主菜とのバランスがとても良かったと思います。デザートは、担当したメンバーさんから「手順が単純過ぎてもものたりない」という余裕(?)の発言がでるほど、お手軽なものでしたが、マンゴーソースの味付けがとても丁寧で、美味でした。「もう既製品は食べられないね」という感想があったほどです。今度は、当初予定していたブルーベリーソースでも、食べてみたいものです。