

土曜日のプログラムレポート

* 8月13日

KKキッチン



おでかけ

今日のお出かけは、カラオケで下。今日の参加は総勢10名。2部屋に分かれて歌いました。久しぶりに参加されたメンバーさんや、プログラムのカラオケに参加するのは初めてというメンバーさん、おなじみのメンバーさん、と顔ぶれはさまざま。思い思いに熱唱(?)してきました!

今日のメニューは・・・

- ・冷麺
- ・豚しゃぶ
- ・パンダまんじゅう

今日の主菜は冷麺!今の暑さにぴったりですね!麺は食べやすい盛岡冷麺。そこに蒸し鶏をメインに、大葉、きゅうり、みょうが、ワカメといった野菜などをふんだんにトッピング。茹で卵ものせました。ここへキムチをのせてピリ辛で食べる人、梅干しをのせてさっぱりと食べる人、と、それぞれ好みに応じた食べ方をしました。意外に初めて冷麺を食べると言う人も。そして副菜は豚しゃぶ(冷)。豚しゃぶなので、自動的に油分カット。更に、こちらにも、丁寧に根とりをしたもやしと水菜、レタスを添えて、野菜多めに盛り付けました。ここへ、メンバーさんが試行錯誤して作った特製胡麻ドレッシングをかけて頂きます。お、おいしい・・・。冷麺といい、豚しゃぶといい、量はしっかりとしていますが、野菜もどっさりとれて、健康的なお昼ご飯でした。そして、デザートは、パンダまんじゅうです。ホットケーキミックスを使ったおまんじゅうなのですが、中にあんこを包みこんで焼いたおまんじゅうは、何だか不思議な食感。最初は「おまんじゅうか・・・ちょっと重いかな?」と思いましたが、食べてみると、ペろり。何より、レーズンとアーモンドで付けた顔が可愛いですよね♥♥

スタッフK

