

土曜日のプログラムレポート

* 10月15日

サタデーキッチン



おでかけ

今日のおでかけは、本郷台です。本郷台は大船のお隣の駅ですが、そこにある“あーすぷらぎ”というところが第一の目的地。そして、第二の目的地が“大誓寺”。あーすぷらぎでは、県民の方が写した世界遺産の写真展が催されていて、それを見学してきました。ついでに覗いた隣の部屋の神奈川ビエンナーレ国際児童画展も、なかなかの迫力。小学生や中学生とは思えない画力・表現力に感服してしまいました。大誓寺は・・・ご住職不在で御朱印は頂けず・・・拝観も出来ず・・・残念でした。まあ、ご縁がなかったのでしょう。またの機会にぜひ！



スタッフ K

今日のメニューは・・・

- ・ローストビーフ入りサンドイッチ
- ・にんじんのポタージュ
- ・フルーツヨーグルト

今日の主菜は、あるメンバーさんが、以前に提案したものの、当日に都合が悪くなって食べられず、リベンジ！を誓っていたローストビーフ入りサンドイッチです。ローストビーフというと、何だか難しそうな気がしますが（手間がかかることは事実ですが）、意外にジップロックなどを上手に使って作ることができるのですよね。お肉の量については「もっと食べたかった！足りない！」というご意見もありましたが（笑）、味には大満足でしたね。副菜のにんじんのポタージュは、にんじんとたまねぎとじゃがいもを使ったスープですが、意外に人参の味が主張しすぎず、優しいお味でした。ローストビーフのサンドイッチにもぴったりです。そしてデザートはフルーツヨーグルト。普段、手の込んだものを作ることが多いデザートですが、今日はシンプルです。プレーンヨーグルトにバナナや桃缶、みかん缶や“レインボーキウイ”なる新しげなフルーツをトッピング。さっぱりとした味が食事の最後にふさわしい感じでした！