

土曜日のプログラムレポート

* 10月22日

サタデーキッチン



おでかけ

今日のおでかけは、藤沢の遊行寺。踊念仏で有名な時宗の総本山です。大船から一駅のところ、こんなに立派なお寺が・・・！しかも遊行寺といえば、そう、お正月の駅伝コース「遊行寺の坂」でも有名ですよね。立派なお寺なのに、解放感があって、地域の方がのんびり寛がれていて、気持ちの良いお寺でした。ついでに宝物館を覗いたら、室町時代からの寺宝がさらっと展示してあって、歴史の重みを感じました・・・感動。



スタッフ K



今日のメニューは・・・

- ・豆腐ハンバーグ
- ・けんちん汁
- ・くるみゆべし

今日の主菜はハンバーグです！ハンバーグといっても豆腐ハンバーグ。最初は豆腐だけで作る豆腐ハンバーグという案もありましたが、さすがにちょっと寂しい・・・ということで、鶏挽肉を使いました。電子レンジで水切りした豆腐を混ぜて作るハンバーグは、ヘルシーで美味！食感もふわふわで、たまりません。焼いているときから良い香りが漂って食欲を刺激してくれました。そして、あっという間に平らげてしまいました（笑）。副菜のけんちん汁は、野菜がたくさん。オーソドックスな具材をごま油で炒め、調味料を加えて煮込みます。これだけでも、香りが立って美味しいのですが、今日はここに、なんと！生姜を加えてみました。すると・・・これがとっても良かった・・・。香りは良いわ、身体は温まるわ、大満足でした。デザートは、くるみゆべし。今日のメニューは、「和風」で統一されています。ゆべしなんて買って食べるもの、と思いがちですが、白玉粉と砂糖を丹念に練り合わせ、醤油を少しと砕いたくるみを混ぜ合わせると、ちゃんとできるのです。成否のカギを握るのは、なんとといっても白玉粉の“練り”ですね。担当したメンバーさんは、まるで職人のような手さばきでした・・・。