

土曜日のプログラムレポート

* 1月14日 *

サタデーキッチン



おでかけ



今日のおでかけはカラオケでした！今年初の土用カラオケです。今日は2部屋に分かれて歌を楽しみましたが、久しぶりのメンバーさんや、土曜日のカラオケには初参加かな？というメンバーさんもいらっしゃり、アニメシリーズでまとめたり、自分の好きなアーティストの歌を熱唱したり、年代の差を痛感したり（?!）1時間半、みっちり歌ってきました。

声を出すって良いですね！

今日のメニューは・・・

- ・ビーフシチュー
- ・バターレモンのガーリックシュリンプ
- ・いちごババロア

今日の主菜はビーフシチュー！先週のガーリックステーキサンドといい、今日のシチューといい・・・今年はお肉祭り♪です(笑)。さて、こんなメニューのときは、圧力鍋の出番。圧力鍋万歳。しっかり煮込んだ牛肉や玉ねぎや人参、じゃがいもといった具材は、得も言われぬトロトロ感。味も沁み込んで、深～い味わいに仕上がりました。こんがり焼いたバゲットにつけて食べても絶品でした。副菜のバターレモンのガーリックシュリンプは、ニンニクのきいたオリーブオイルと塩・コショウでエビを炒め、そこにバターとレモンで味をつける、といったシンプルなものですが、このシンプルさがまた美味な一品でした。ビーフシチューの副菜としても、良いアクセントとなり、また、これはこれで、バゲットとの相性抜群でしたね。デザートの一いちごババロアは、ババロアの“素”を使って作りましたが、ちょっと贅沢に、いちごを2種類（さが●のか・とちお●め）使って、コンポートを作り、ババロアの底と上に入れ、2度美味しい・・・といった食感。甘いババロアと、いちごの酸味がとても爽やかなデザートでした。

スタッフ K

