

# 土曜日のプログラムレポート

\* 5月6日 \*

サタデーキッチン

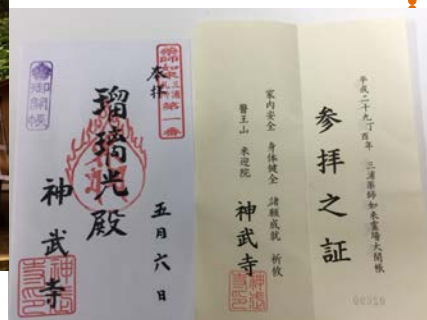


## おでかけ

先週に引き続き、絶好のおでかけ日和です！今日は東逗子にある、「神武寺」へでかけてきました。この神武寺、ちょうど1年くらい前にも訪れているのですが、今回は、何と、秘仏御開帳！！張り切って出かけてきました。ハイキングコースのような山道を辿った先にあるのですが、美しい新緑の中を、マイナスイオンをたくさん浴びながら歩くのは、この季節ならではの爽快さです。秘仏の薬師如来のお姿を拝観し、樹齢？百年の樹木にパワーをもらい、癒しの時間を満喫してきました。御朱印も全員が頂くことが出来、大満足でしたね。



スタッフ K



今日のメニューは・・・

- ・サバサンド
- ・黒ごまプリン
- ・しそのポタージュスープ

今日の主菜は初登場、サバサンドです。名前の通り、鯖のサンドウィッチ。この料理、トルコ名物らしいです。鯖を塩焼きにして、軽くトーストしておいたバゲットにシャキシャキの野菜とともに挟み、レモン汁を絞ってかぶりつきます。「鯖にはご飯でしょ」と生粋の日本人である私たちは思わず思ってしまうのですが、意外や意外、これが美味なのです。まさに新しい出会いといった感じ。皆さんもお試しあれ。副菜のスープは、別名「スープ ジャポネーゼ」。この名前だと何だかオシャレですね。普通の(?)ポタージュスープを作る要領で、そこに大葉がふんだんに入る、というイメージ。何とんでもこのスープの魅力は、大葉の香りでしょう！口の中にふわーっと広がる大葉の香りが何とも爽やかです。今回は、種菜のことも考え、塩を控えめにしたところ、主菜との相性も抜群でした！デザートは黒ゴマプリン。黒ゴマの濃厚さはそのままに、控えめに砂糖のおかげで、ほど良い甘みの大人のデザートに仕上がっていましたね。今日も大満足のお昼ご飯でした♪