

土曜日のプログラムレポート

* 6月9日 *

サタデーキッチン



おでかけ

今日のおでかけは月1回(土曜日は)のカラオケでした。今日は例えて言うなら「女子会」なカラオケでした。参加者は全員、女性!!のんびりまったり、十八番の歌を歌う方もいらっしやれば、これまでには歌ったことのない歌を歌ったり、懐かしの童謡を歌ったり、と美声を響かせていました。また来月も、楽しみたいですね。

今日のメニューは・・・

- ・海鮮かた焼きそば
- ・豚肉のみそソース焼き
- ・バニラババロア

今日の主菜は海鮮かた焼きそばです。かた焼きそばって、時々、むしように食べたくなりますよね。具はシーフードミックスをベースに、片栗粉にからめて焼いたエビやカニカマ、もやし、人参、白菜、玉ねぎ、そして、これは欠かせない、うずらの卵を添えて作りました。これぞTHE海鮮かた焼きそばです!あんかけの素に加える水を、野菜から出る水分を想定して少なめにしたのも功を奏し、ほどよいとろみのあんになっていました。ぱりぱりの麺にあんがよく絡み、シーフードと野菜のうまみが良く出て・・・美味しかったです!副菜は、タイトルにはどこにも出ていない(笑)茄子が主役?の副菜です。豚肉のみそソース焼きを茄子にのせるのです。今日は何と、別のプログラムで作った自家製味噌を使用!なかなか刺激的な発酵臭でしたが、味わい深い一品となっていました。デザートはババロアです。こちらは、固まりやすさを考えて、「ババロ●ア」という市販の“ババロアの素”を使用。オレンジソースをかけ、パイナップルの缶詰をトッピングし、ミントの葉を載せれば、爽やかなデザートが出来上がり♪前回のように、「固まるか?固まるか?」という心配をせずに作れて、担当した方々の負担も少なかったようです。



スタッフ K