

# 土曜日のプログラムレポート

\* 10月20日

サタデーキッチン



## おでかけ

今日のおでかけは、「大仙寺」でした。下車駅は、JR横須賀線『保土ヶ谷』駅です。実はこのお寺、電車に乗っていると、車窓から大きな看板が見えて、ずっと以前から気になっていたお寺なのです。場所を調べてくださったメンバーさんの希望もあり、踏切を渡って寺院の門へアプローチ。踏切越しに寺院の門を見るのは、なかなか・・・素敵な景観でした。境内は（私たちが入れる範囲という意味では）比較的こじんまりとしていて、とても落ち着く佇まい。御朱印を頂いたり、のんびりと休憩したりして過ごしました。



スタッフ K



今日のメニューは・・・

- ・しょうが焼き
- ・けんちん汁
- ・栗のせすweetポテト

今日の主菜はしょうが焼きです。シンプル！しかし、そこにひとひねり加えたいのが、サタデーキッチンです。なんと、豚肉だけでなく、海老も、生姜焼きにしてみました・・・何故・・・とは聞かないでくださいね。美味しければいいじゃないですか。生姜とにんにくをたっぷり効かせたタレに豚肉とえびを浸して鉄板で焼けば、それだけでもうご飯の進む主菜の出来上がりです。たっぷり刻んだキャベツにのせていただきました！やわらかいお肉で好評♪副菜のけんちん汁は、こちらも生姜を効かせた味付けで、しかし、さっぱりとした仕上がりに。ごぼう、人参、大根、こんにゃく、豆腐、といったヘルシー素材を存分に摂ることができました。がつつりした主菜にぴったりですね。デザートは季節を意識した(?) 栗とサツマイモの取り合わせです。サツマイモを潰すという手間のかかる作業を、担当したメンバーさんたちが一致団結して、丁寧にしてくださいました。そのおかげで、ほくほく、味わい深いsweetポテトが出来上がりましたね。今日は、新しく参加して下さったメンバーさんもいらっしゃって新鮮でしたね！