

土曜日のプログラムレポート

* 12月8日 *

サタデーキッチン



おでかけ

今日のおでかけは（土曜日は）年内最後のカラオケでした。「歌い納め」だったんですよ。歌っている際には、気にしていませんでしたが…。今日の参加メンバーの顔触れは、普段とまた少し異なっていて、久しぶりにエントリーされた方もいれば、デイケアの“ワークコース”の一環として半ば強制的に（?!）参加された方もいらっしゃいました。3部屋にわかれたのですが、それぞれに、声を掛け合ってグループを作り、それぞれの部屋で、思い思いに歌を楽しんできました。熱唱する人あり、まったり歌う人あり。来年も、楽しい時間を過ごしましょう♪

スタッフ K



今日のメニューは・・・

- ・ 元気丼
- ・ 豚汁
- ・ ふわふわヨーグルトスフレパンケーキ

今日の主菜は元気丼！すっかりおなじみになりました。年に数回は登場します。今日は、事前のミーティングで、具材に、「イカ刺しを加えたい！」という声が挙がり、見事アイデアが採用されました。写真では、白い山芋に隠れて見えませんが（笑）。元気丼が更にパワーアップしていました。

“寒暖差疲れ”なんていう言葉が囁かれる今の季節、まさに元気をもらえそうな、美味しい丼です。副菜は、これまた定番の豚汁。今日も豚バラ肉を予め霜降りして、ヘルシーな豚汁にしました。その代り、と言っては何ですが、具はたつぷりと。主菜との相性は抜群ですし、野菜からしみ出た旨みが身体にじんわりと広がる、味わい深い豚汁でした。デザートのパンケーキは、何だかとっても繊細な作業が必要で、トッピングに使うキャラメルバナナを作る係とパンケーキ本体を作る係に分かれて作業を進めました。パンケーキを焼いている際には、いわゆるホットケーキの香りそのものでしたが、口へ運ぶと、生地混ぜられたヨーグルトやレモン汁、マヨネーズ(!)の酸味がほんのり口の中に広がる、ふんわり不思議食感のデザートになりました。トッピングしたキャラメルバナナも美味♪