

土曜日のプログラムレポート

4月13日

サタデーキッチン

今日のメニューは・・・

- ・ローストビーフ
- ・アボカドシュリンプポテトサラダ
- ・紅茶ゼリーアイスのせ

本日の主菜は「ローストビーフ」です。なんかホテルでのお食事のイメージなのですが意外と簡単にリーズナブルに出来るメニューになんです。アメリカ産の牛肉とオーストラリア産のアンガス牛の2種類のもも肉を使い作りました。塩コショウをお肉に刷り込んで味付けをし、フライパンで焦げ目をつけて焼きます。ラップで包んでジップ付きの袋に入れて熱湯でゆでて、その後は冷まして薄く切って出来上がり。ただ料理時間が短いので冷やすのがちょっと・・・しかし最近皆さん時短料理に慣れてきているのでなかなかスムーズです。野菜とともにもりつけてにんにくたっぷりの手作りソースをかけて頂きました。副菜の「アボカドシュリンプポテトサラダ」はポテトサラダに茹でた海老とアボカドを混ぜ、マヨネーズで和えたものですがデイケアの料理では時々登場する人気のメニューです。海老とアボカドの食感が何とも贅沢なポテトサラダになるのです。主食のパンによく合いました。デザートは「紅茶ゼリーアイスのせ」でした。いつもはコーヒーゼリーが多いのですが今日は紅茶で作りました。みんなの大好きバニラアイスを載せて、食後にピッタリ！今日も美味しくおなかいっぱいいただきました。



おでかけ

本日のおでかけは担当者が不在でお休みでした。

皆さんフリータイムで過ごされてます。数人で卓球をする人、マイペースに自分の時間を過ごす人といました。

スタッフK