

土曜日のプログラムレポート

* 4月20日 *

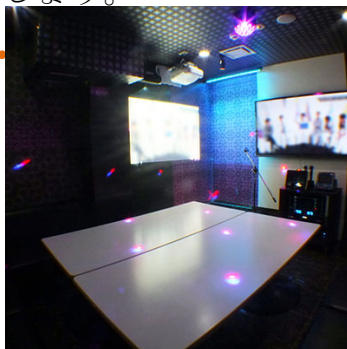
サタデーキッチン



おでかけ

今日のおでかけはカラオケです。なんと・・・土曜日としては、“平成最後の”カラオケです(笑)。だからといって、特別何かあるというわけではないのですが・・・今日は2部屋に分かれて、歌ってきました。ちょっと懐かしい歌から、今風の歌まで、幅広い種類の歌を楽しむことができました。そして、恒例(?)の歌毎の「消費カロリー」対決。いえ、決して対決をしているわけではないのですが、10キロカロリーオーバーが出ると、拍手喝采。そして、それが羨ましいと感じて、何となく、次の歌に力が入る、そんな感じで楽しんでいました。どうやら、歌の長さは関係しているようなのですが、私は思ったようにカロリー消費できませんでした・・・お昼にたくさん食べてしまったのに・・・どうしましょう。

スタッフ K



今日のメニューは・・・

- ・ 酢豚
- ・ わかめと春雨と卵の中華スープ
- ・ 苺のショートケーキ

今日の主菜は酢豚です。酢豚、と言えば、気になるのは、「パイナップルは入れるのか入れないのか」。しかし、意外にも、事前のミーティングでは、あまり話題にされず、すんなりとパイナップルなしに決定されました。今日の酢豚は最近の流行(?)を取り入れて、豚のブロック肉ではなく、薄切りをくるっと丸めて炒めるという方式にしました。火も通りやすいですし、柔らかくて食べやすかったですね。副菜はスープ。わかめは乾燥を使わずに、こだわりの生わかめを使用。相変わらずの具たくさんとなりましたが、あっさりとした鶏ガラスープの味と、わかめのしっかりとした歯ごたえが楽しい、食べ応えのあるスープとなりました。デザートは、苺のショートケーキ。ショートケーキと言えば、デイケアではクリスマス会で作り慣れたデザート・・・と思いきや、担当したメンバーさんは、クリスマス会でケーキを担当したことがないとのこと！しかし！2種類のクリームを使い分け、苺をふんだんに使い、華やかなケーキを見事にデコレーション。満足感の高いデザートに仕上がりました！