

土曜日のプログラムレポート

* 5月25日 *

サタデーキッチン



おでかけ

今日のおでかけは、鎌倉文学館へ行って来ました。爽やかな初夏の空気を味わいながら、見頃のバラを堪能・・・という企画だったのですが、どうしたことでしょう？この暑さは！！暑さのせいか、鎌倉の人出も若干少ないような？？しかし、暑さにひるまず出かけて良かったですね。バラの甘い香りにうっとり。そして、海が近いせいか、木陰に入ると涼しい風が吹いてきて、とても気持ちの良い午後を過ごすことができました。帰り道では、とても凝ったかき氷に下鼓を打って、大満足のおでかけとなりました♪



スタッフ K



今日のメニューは・・・

- ・海南鶏飯
- ・薬味たっぷり冷奴
- ・黒ゴマプリン

今日の主菜は海南鶏飯。「かいなんけいはん」と読みます。別名、シンガポール風チキンライス。お米と鶏もも肉、長ネギとしょうが、にんにく、お酒、鶏ガラスープの素を炊飯器で炊き、炊きあがったご飯と鶏肉、そして特製のたれをかけて頂くご飯です。作り方や材料はシンプルなのですが、ご飯にほんのり香りが移り、タレのエキゾチックな味とあいまって、とても美味なご飯です。見た目は豪快なのですが、食べてみるとさっぱりとしていて、食が進みます。副菜は冷奴なのですが、“薬味たっぷり”なので、薬味をこれでもか！というほど用意して、各自、好きなだけ、お豆腐にのせて頂きました。薬味は、ねぎ、大葉、生姜、みょうが、かつお節、しらす、なめたけ・・・薬味をのせ過ぎて、あやうくお豆腐を見失うところでした（汗）。デザートは黒ゴマプリン、デイケアの料理プログラムの定番デザート。担当するメンバーさんも、慣れた手つきでテキパキ。鍋に牛乳、砂糖、練りゴマ、ゼラチン、生クリームを入れてよく混ぜて冷やし固め、出来上がり。今日はいつもよりもゼラチンの量が少なかったもので、「固まらなかったらどうしよう・・・」という心配もありましたが、ほどよくプルプルもちもちの絶妙の食感に仕上がっていました！