

土曜日のプログラムレポート

* 12月14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した。早いもので、気がつけば、(土曜日としては) 本年最後のカラオケです。とはいえ、特別なことは何もないのですが(笑)。今日はコンパクトな人数でしたので、2部屋に分かれて行いました。いつもと同様、それぞれの部屋で、のんびりと好きな歌を思う存分楽しんできました。そうそう、変わったことと言えば、カラオケの機材が一新されていました！カラオケの機材にも、「AI」が搭載されているようです。ポスターに大きく「マイクに“OK, ○○”と話しかけて」と書いてあったので、話しかけてみたのですが・・・しーん。特になにも起こらず(笑)。次に行ったときにはもっと「AI」とお近づきになってみようかしら。



スタッフ K

今日のメニューは・・・

- ・ローストビーフ丼
- ・まぐろとサーモンのカルパッチョ
- ・紅白ぎゅうひ

今日の主菜はローストビーフ丼です。もちろん、ローストビーフを自分たちで作ります。ローストビーフというと、何だか、手間がかかりそうな感じがしますよね？しかし、実は意外に簡単にできてしまうのです！今日はデイケアでは定番となったジップロックを使った作り方だけでなく、新たに、味付けした肉の塊にフライパンで焼き色を付けた後、アルミホイルで包んで放置する、という更に手間のかからない作り方も試してみました。これ、簡単です！しかも美味しい！お勧めです。自家製ソースもしっかりとした味で、ご飯が進みました。副菜は、カルパッチョ。こちらはまぐろとサーモンを薄切りにして、たっぷりの野菜の上に盛りつけます。そしてオリーブオイルとレモン汁、醤油、荒挽きコショウなどを調合したドレッシングをかけていただきました。主菜がしっかりとした味付けだったので、副菜のさわやかさが際立っていました。デザートのはぎゅうひは、白玉粉と砂糖、水と水あめを混ぜ合わせ、加熱を繰り返しながらよく練ったものを伸ばし、冷やして固めます。レシピの分量よりも砂糖を控えめにしたことで、程良い甘さになり、ひんやりした食感も楽しめて、とても美味しくできていました！