

土曜日のプログラムレポート

* 12月28日 *

サタデーキッチン



おでかけ

今日のおでかけはボウリングでした。デイケア今年最後の活動はボウリング！何とも気持ちが良いですね(?) 今日も参加されたメンバーさんは男性ばかり・・・最近、めっきり女性の参加が減っています。私が唯一の女性として孤軍奮闘しております。というわけで、今日も張り切って行ってまいりました。今日は2019年を締めくくる、そして、来る2020年を占うゲームとあって、皆さん、気持ちの入り方が違います。というのは誇張です。いつもどおりに楽しんできました。ただ、トップのメンバーさんは、170超えのハイスコアを叩き出し、あるメンバーさんはどうしても左に投げちゃう呪いにかかり・・・と悲喜こもごも。まあ、スコアの伸び悩んだ方はここで厄を落としと思って、来年を新たな気持ちで迎えましょう！

今日のメニューは・・・

- ・とろとろ豚玉角煮
- ・野菜と油揚げのグリルサラダ
- ・黒蜜寒天アイスのせ

今日の主菜は、豚の角煮です！豚の角煮、美味しいですよ！！何と言っても口に入れたとたんに溶けるような、そんな食感が最高です。そして、そんな食感を、プログラムという短時間のうちに成し遂げるには・・・はい、秘密兵器・圧力鍋の登場です。柔らかくするために炭酸に漬けこんだ豚バラかたまり肉を、ネギや生姜とともに煮込み臭みを消し、更に圧力鍋で大根と煮込み・・・煮玉子（半熟！）とともに盛りつけました。すると、あら簡単！時短と思えないほどに、やわらかーい角煮が出来上がりました♪副菜は野菜のグリルサラダ。こちらは、ズッキーニ、ピーマン、茄子、かぼちゃ、インゲン、ミニトマトといったたくさんの野菜と油揚げを、オリーブオイルでひたすら焼きます。ポン酢と大葉で和えて出来上がり。たったこれだけなのですが、野菜それぞれの味が本当に美味しく、結構な量をペロリ。デザートはシンプルに黒蜜寒天です。写真ではアイスの方が主張している気もしないでもないのですが、あくまで、主役は寒天です。今日は主菜と副菜がしっかりとした味つけのものだったので、デザートとして頂く寒天のさっぱりひんやりした食感がまた、良かったですね♪

スタッフ K

