

土曜日のプログラムレポート

* 1月25日 *

サタデーキッチン



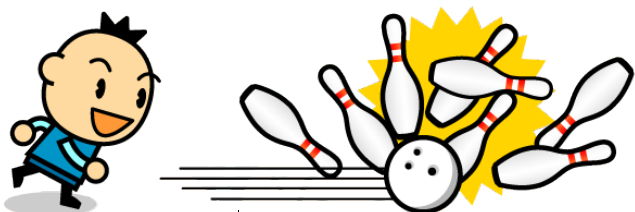
おでかけ

今日のおでかけはボウリングでした。“いつものメンバー”でいつものように張り切って出かけてきました！“いつもの”ということは、先月、なかなか乱調だった回のリベンジ的な意気込みもありつつ……。さてさて、今日はというと、今日も乱調は変わらずでした（笑）。ただ、今日はおひとり、ターキー（3連続ストライク）を出し、最終的にスコアが180を超えるという驚異の成績を叩き出したメンバーさんがいらっしゃいました！！これには一同、驚愕です。周囲からのプレッシャーにもめげず、御立派でした！！いつの間に上達したのでしょうか？あるメンバーさんはこう呟いていらっしゃいました。「若いっていいよね……」。

今日のメニューは・・・

- ・ポトフ
- ・生ハム入りグリーンサラダ
- ・オレンジゼリー

今日の主菜はポトフです。寒いこの季節、温まりますよね♪具は定番のものにしたのですが、少しだけ春を先取りして、いつもならブロッコリーを入れるところを、菜の花を入れてみました。いつものことながら、具が多く、スープの少ないポトフとなりましたが、野菜たっぷり、菜の花の苦みがアクセントになっていて、とても美味しかったですね。にんにくも効いていました。副菜はグリーンサラダです。写真を見てもわかる通り、こちら、野菜たっぷり。お皿から溢れんばかりです。ただのグリーンサラダだと、少しさびしいということで、生ハムをトッピング。市販のドレッシングをお好みでかけたり、オリーブオイルをたらしたり、味付けは各自で選んでいただきました。しゃきしゃきした生野菜、身体に良いことをしたな、という感じです。デザートは、オレンジゼリー。せっかくだから、濃厚なものを、とのことで、ポンジュースをベースに作りました。そして、生のオレンジをトッピング。最後にこだわりの(?) スペアミントをのせて、出来上がり。見た目も美しい、ビタミンたっぷりのデザートになりました。



スタッフ K