

土曜日のプログラムレポート

* 2月8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。今日は、予約人数ぴったりの参加となりました。何だかキリがいいですね！・・・いや、キリを求めているわけではないのですが（笑）。いつもの通り、誘い合わせて3部屋にわかれ、それぞれの部屋で、それぞれに歌を楽しみました。ノリノリで踊ってみたり（?）、合いの手を入れてみたり、楽しみ方は様々。中には「腹筋を使ったぞ♪」と言って帰られた方もいました。カラオケって、歌を歌うということ以上に、爽快感やエネルギーの発散、それから、筋トレにもなるという、効用がありますよね！

今日のメニューは・・・

- ・ビーフカレー
- ・ポテトとチーズのカリカリ焼き
- ・トリュフ（チョコレート）

今日の主菜はカレーです。デイケアの料理にカレーはよく登場するのですが（それは国民食ですものね?）、意外に、ビーフカレーは少ないかもしれません。普段は、シーフードカレーやインドカレーや、なんとかかんとかカレーなどが多く、オーソドックスなカレーは久しぶりのような気がします。今日は薄切りの牛肉を使って作りました。そして、ルーは辛口のを主に使って、大人の味に仕上げました。美味しいです。カレーは無条件に美味しいのです・・・。副菜はポテトとチーズのカリカリ焼きです。こちらは何度か登場したことのあるメニュー。いつもはホットプレートで焼くことが多いのですが、今日はフライパンで焼きました。そのせいでしょうか（そうではないかもしれませんが）、チーズの焦げ具合がいつもに増してカリカリで、スナック感覚で頂きました。おつまみにしても美味しそうです。デザートはトリュフ。勿論、バレンタインデーを意識してのメニューです。溶かした板チョコと熱した生クリームを混ぜて固めて丸めるだけ・・・なのですが、これがなかなか・・・成型に苦戦。シュガーパウダーやココアパウダーをまぶして何とかそれらしく作りました。少々形がいびつになってしまったのですが、皆、「かわいい」と言ってくれました。良かった♪

スタッフ K



カラオケ行こー