

枚方南支部 同好会

(松愛会枚方南支部 料理教室)



「2008年度第2回料理教室」 2008.7.25

2008年度第2回料理教室が、7月25日（金）パナホーム大阪支社にて行われた。第2回は真夏にふさわしい「水なすのステーキ」「鯛（たい）の酒蒸し」「冷奴サラダ」の3品を学んだ。

「水なすのステーキ」は、なすの両面をじっくり焼くこと、ステーキソースの味がポイントのようであった。なすに切目を入れる面が、早とちりで表と裏ができたが、今回は裏が正解であった。なすは体を冷やす効果があると言われ夏の料理には好適である。

「鯛の酒蒸し」は、電子レンジで加熱予定であったが、電子レンジが使えないことが分かり、軽く「湯通し」としたが、結構良い仕上がりで、刺身より食べやすいものであった。



「冷奴サラダ」は、カリカリ仕上げの油揚げ、トマト、きゅうり、クレソンを乗せたもので見た目にも涼しく、夏の定番である。

何れの料理も、油分や蛋白分があり、見た目よりは結構お腹が膨れるものであった。例によって講師2人は自宅で予習をし、テキパキと指導され、今回は食後のデザートに、フルーツも提供され、満足の試食を終えた。

来月は「和風スパゲッティ」「ベーコンサラダ」「ほうれん草煮浸し／しらす和え」に挑戦する

（報告、写真：吉川 亨）



調理する皆さん



調理する皆さん



配膳中の料理



これから楽しい試食です。

講師の吉野清実さんは前列（紅一点）、小川湊さんはその右側(黒エプロン)



 [Back](#)