

枚方南支部 同好会

(松愛会枚方南支部 料理教室)



「2010年度第3回料理教室」

2010.7.20

2010年度第3回料理教室が、7月20日(火)南部生涯学習市民センター(ユウカリ)にて行われた。

講師は生徒諸兄が憧れのいつもの岡本恵実先生で、今回は「夏ばて予防メニュー」として、「うなぎご飯」「冷しゃぶサラダ」「ごまけんちん汁」の3品を学んだ。

本日の当番はB班、炊飯は梅原さんが担当。洗米後ザルで約20分水切りの後、炊飯開始したということで、美味しく仕上がると自慢されていた。隣接するスーパーでの食材仕入れは、先月より種類が多く時間がかかり、調理開始が少し遅れたが、各班ともチームワークよく進め、ほぼ時間内に完成させることはできた。

「うなぎ」は筆者の大好物、一人中サイズの1/4切れは、混ぜご飯と云えども如何にも少なく物足りなかった。自宅では2倍以上は使いたい。

「サラダ」のきゅうりの切り方で、斜めにカットした楕円状のものを千切りにして、両端に皮部を残すことで潰れにくく、美しくも見える「コツ」を教わった。

「ごまけんちん汁」は具材も多く手間のかかる一品である。分業で担当し、筆者は大根とにんじんを少し切っただけで、残念ながら全体的把握はできなかった。自宅で復習してみたい。

各班ほぼ同時に仕上がり、今月も満足の試食を終えた。デザートに「コーヒゼリー」を用意し好評であった。

来月はさらにレベルを上げて、「牛肉とパプリカのピリ辛炒め」「肉団子と豆苗のスープ」「にがうりのおかか煮」の3品に挑戦する。

(報告、写真：吉川 亨)



本日の献立



本日のレシピの講義



調理風景 1



調理風景 2



調理風景 3



A班一同



B班一同



C班一同



D班一同



[← Back](#)