

貴方さまの閲覧順位は

009379



邦さんホームページへ ようこそ



受信画像はVISTA:セブン:XPとも文字サイズを(中)でご覧下さい 國領邦雄

第24回 羽曳野市・男の腕まくり08会(男の料理教室)

H23. 5. 25

趣味としての料理ではなく

家事としての料理を目指そう!

きょうは吉田清彦先生の教室です。出席者は6組で24名。
 一年一度のたなばた教室なので席は年齢順。1番は88歳で
 元氣な浅居さん。24番は59歳の若さ自慢の石本さん。

吉田教室は1年ぶり。忘れないよう料理の基本復習です。

- ① 包丁は手前から奥に向かって斜めにすべらして切る。
- ② スプーン計量は、粉体すりきれ、液体山盛り。
- ③ 途中の味見は、料理人の基本。
- ④ 煮詰まり具合を計算に入れ味付けをする。

頭では理解が出来ました。さて本番の料理は数を踏まなければと挑戦です。要は反復練習が基本です。



きょうのレシピ

- ◇アスパラと牛肉のオイスターソース炒め
- ◇ふきと鶏団子の煮物
- ◇あさりの味噌汁

→フライパンを熱し、サラダ油でなじませ、白ネギ、生姜、にんにくを炒め、牛肉をほぐしながら炒める。肉色が変わったら、アスパラを加え、調味料を加え、ごま油をたらして火を止める。

今回より5年目に入りました。趣味の料理から、家事の料理に目標を向上します。

休めない、さぼれない、要領よく作らないといけない。材料代を安くするとか、無駄なく使う工夫が必要になる。健康にいいものを作らないといけない。

男の料理教室も、ジャンプします。奥様方の期待に応えたい!

新入会員紹介

松田安裕さん(63)

伊賀1-13-2

趣味:パソコン

現在、正会員待ち3人です

↓各ページへは下の各項目をクリックしてお進み下さい↓

ここへ、きりえのページ

楽しみあちこち

今週あちこち