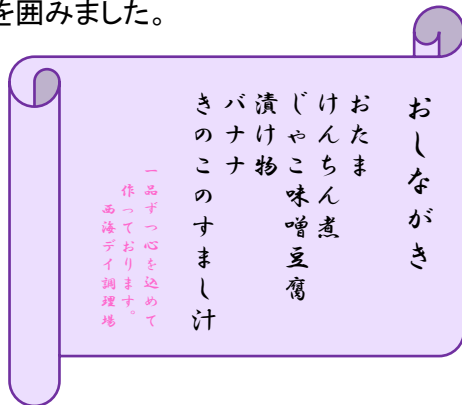


平成29年度第2回『運営推進会議』

今回の『運営推進会議』は平成29年度の事業報告の後、デイサービスの利用者さんと一緒に昼食を囲みました。



本日のメニューはこちら
です



じゃこ味噌レシピ (2人分)

しらす干し(微乾燥) 16g

しょうが 4g

麦みそ 小 3

清酒 小 2

みりん 小 2

ごま油 少々

①しょうがは針生姜にする

②フライパンにごま油をしき

しらすを炒め、他の調味料

を加えて味噌を作る

③生姜は豆腐の上に味噌と
盛り付ける

おたまレシピ (2人分)

白米 120g

大麦 40g

水 224g

砂糖 小1.5強

濃口醤油 大1強

食塩 少々

まあじ 40g

大根葉

にんじん

乾燥椎茸

ごぼう

天ぷら

①米は研ぎ、麦も加え炊飯器炊く

②大根葉は塩ゆで、椎茸は水に戻し、水切り後小さく刻む

③ごぼうはさがきにし、水にさらして水切り

④にんじん・天ぷらはすし具に合わせて切る

⑤あじは素焼きにして、身だけほぐす

⑥大根葉・椎茸・にんじん・天ぷら・ごぼうを甘辛く味付けする

⑦炊立てご飯に、あじの身と煮た具を合わせ、味を調える

おたまとは・・・麦や大根葉の混ぜご飯で、愛南町(西海地域)の郷土料理です。

(名前の由来) 大根の花が入っていない葉だけを使うので、

人に例えると、華がない(鼻がない)→おたま(愛嬌はあるが器量が悪い)

そこから、“はな”のないご飯で、『おたま』と呼ばれるようになったとか。。。

《運営推進委員さん感想》

- ・ しっかり味がついていて、味付けが良く美味しかった
- ・ おたまに魚が入っていたが、魚臭さもなかった
- ・ 漬け物が手作りで美味しかった
- ・ 品数も多く、量もたくさんあった

