

2004年3月6日(土) 10:00~12:00 名細公民館 男の週末友遊学(V)

第12回 「料理」講師 小島美智子(栄養士) スタッフ(上野、浦野)



9月21日から始まった「男の週末友遊学V」
12回の講座で、今回の「料理講座」が最後
となりました。

小島先生には、「男の週末友遊学I」の時から
いろいろな料理を教えて貰いました。

今回は、「おでん」です。



室岡、青木、森さんの「正確チーム」



青山、弓野、百瀬さんの「ベテランチーム」



大竹、伊藤、杉田さんの「鉄人チーム」



斎藤、戸田、新免さんの「まあまあチーム」

第12回 「料理」講師 小島美智子(栄養士) スタッフ(上野、浦野)



「おでん」・・・大根、昆布、こんにゃく、ちくわ、はんぺん、

野菜と挽肉の袋詰め、たまご、

「なが芋のグラタン」・・・なが芋、シーチキン、マヨネーズ、パン粉

「切り干し大根とほうれん草のごまあえ」・・・



ただ一人黙々と、メモを取っていた青木さんです。前半、お休みした分を取り返すかのように！

2004年3月6日(土) 10:00~12:00 名細公民館 男の週末友遊学(V)

第12回 「料理」講師 小島美智子(栄養士) スタッフ(上野、浦野)



前回は、「手打ち蕎麦」(大竹)
今回は、「おでん」
やっぱり自分たちで作って食べる
のは、最高の満足です！

弓野さん手製の「こんにゃく」も
加わりとても美味しく頂きました。



スタッフの上野さん、浦野さん
は、お休みでした。

