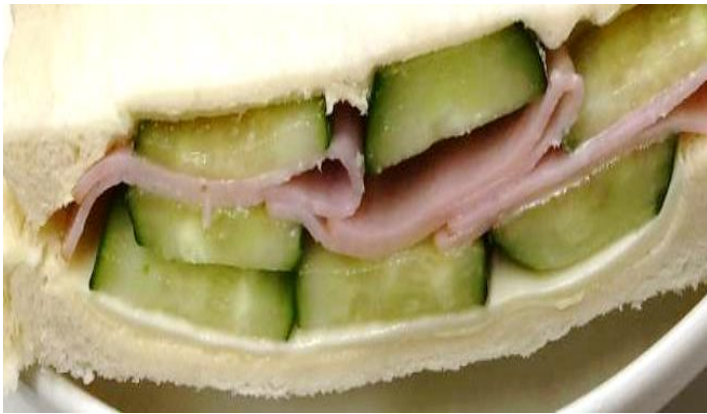


調理実習をしました

秋も深まる今日この頃、いかがお過ごしでしょうか。作業所では風邪がはやりかけているので皆様も手洗いうがいはしっかりしましょうね。

そして今回作った料理は「ハムチーズキュウリサンドイッチ」
「白菜と豚バラのトロトロ煮」の2作です。



キュウリなどの水分が多いものはパンに直接触れないようにするのがコツです。触れてしまうとパンがキュウリの水分を吸ってグチャグチャな食感になるのでチーズやハムなどをしいてからキュウリを置くといいですね

こちらは白菜と豚バラのトロトロ煮の制作風景、電子レンジ対応のポウルがあれば簡単に作れます。豚バラと白菜を小さく切って混ぜ合わせていた調味料と和え、電子レンジで温めれば完成です。お好みでゴマを振っても美味しくなります



調理実習もネタが切れてきました… いろいろ考えながらこれからも頑張っていきます