

R7.12.2(火) グルメあざれあ「トロすき身丼と粕汁」

* 12月のグルメあざれあは、まぐろのすき身と温かい粕汁でした。



↑お魚嫌いの方はとりそばろに。
皆と一緒に楽しく食べられるよう配慮をしま
す。



↑本日の食材「ト
ロすき身」(清水
産) 赤身よりお
手頃で美味しい。
丼のたれを作って
添えました。



2025/12/02



↑粕汁は具だくさんで野菜をしづ
か摂取。大根、人参、長ねぎをだ
して柔らか～く下茹でしました。
←汁は酒粕と麹味噌と同量使用。
熱々の汁を注いでしっかり蓋をし
て提供。酒粕と麹の香りでぽかぽ
かです。仕上げにゆずと水菜を少
し。



↑完成！酢飯に刻みの
り、がり、しそを飾り
ました。お寿司&お魚は
皆さん大好きです。



↑「魚がダメなの。」→
とりそばろで笑顔を見せてくれ
ました。「でも大きなスプーン
重いの。」と、この表情→



*シニアコートあざれあでは、季節の美味
いものを楽しむ会があります。次回は
12/16(火)「少し早めのクリスマス♪」で
す。



↓来年の干支「午」
の飾りが完成しまし
たああ！パチパチ！



2025.11.27

