

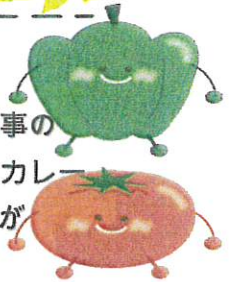
すまいる



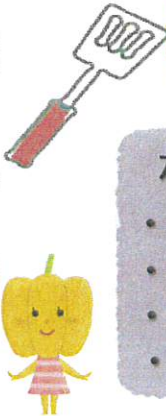
vol.72 8月

春に植えた夏野菜の収穫を行いました。
トマトやキュウリ、ゴーヤなど清穩の庵の食事の材料として使用し、サラダやお漬物、夏野菜カレーなど様々な料理を作り利用者様と育てた野菜が食卓に並び「美味しいね」と顔を見合わせ笑顔で召し上がっていました。

今月の行事は、23日(月)と25日(水)に納涼祭を行います！コロナ禍もあり、密を防ぐ為分散し行う予定です。納涼祭もお楽しみに(^^)/



夏野菜カレー



- 材料(4人前)
- ・豚挽き肉 160g
 - ・玉ねぎ 120g
 - ・人参 40g
 - ・南瓜 160g
 - ・茄子 80g
 - ・パプリカ 80g
 - ・カレールウ 60g
 - ・水 320g

清穩の庵のレシピです♪

○作り方○

- ①玉ねぎ、人参は粗みじん切り。南瓜は一口大の大きさ、茄子は皮をしましまにむき5mm程度の輪切り。水にさらさないで油ですぐ焼く。パプリカは一口大にカットする。
- ②茄子、南瓜、パプリカをフライパンで焼き色をつける。
- ③油を熱し人参、玉ねぎ、豚挽き肉を炒める。油が全体的になじんできたら、水を入れ煮る。
- ④人参が軟らかくなってきたらカレールウを入れ溶かす。
- ⑤ご飯、カレーを盛り焼いた茄子、南瓜、パプリカを添える。



来月の行事予定は、敬老会・誕生日会を予定しております。

