

## 2020年3月16日 作って食べよう会

ちらし寿司 ローストチキン お吸い物 桜餅



### 用意するもの

ちらし寿司 (3人前)

卵4個 ご飯(2合) 寿司の元(1袋) 干しいたけの煮たもの(1袋)  
絹さや(1パック) 蟹の身ほぐしたもの少々 卵3個(塩・砂糖少々) 刻みのり

### ローストチキン

鳥肉手羽先9本、塩・こしょう少々・オリーブオイル少々、アルミホイル

### お吸い物

えのき1束、菜花一束、しょう油・塩少々 だしの元少々

最初に野菜を洗っておく。

### ちらし寿司

卵焼きの薄焼きを作る。焼いてから細切りにして錦糸玉子をつくる。

絹さやの筋を取りさっと塩ゆでにする。

ご飯に寿司の元を混ぜ、よくなじむようにする。あまり混ぜすぎると粘りが出るので、なるべく切るようにさっと混ぜる。

ご飯を盛ったら、その上に錦糸卵、蟹の身のほぐしたもの、干しいたけ、絹さや、刻みのりを散らす。

### ローストチキン

鶏肉に塩、こしょう、オリーブオイルを塗り込み、オーブンまたはフライパンで焼く。

最後のお醤油をまわしかけ火を止める。

### お吸い物

お湯を沸かし、和風だしの素を入れる。

えのきだけを入れ、煮えたら、菜花を入れる。菜花の色が変わらないうちに、お醤油、塩を入れ味を整える。

### 参加された皆さんのアンケートより

\*久しぶりの参加でしたがみんなで楽しく作って楽しく食べることが出来て嬉しかったです。参加者さんが少なかったのが残念でした。コロナウィルスが一日も早く終息してくれたらいいなあ。

\*久しぶりの参加でしたが、かなり緊張してしまいがちながらの料理作りでした。また作って食べよう会があれば参加したいと思います。

\*皆で工夫して作ったので、格別美味しかったです。楽しかった。

\*手羽先のお肉は味良くやわらかくておいしかったです。ちらし寿司も味良く量も多く食べ応えがあり嬉しかったです。

\*全て美味しかった。特にローストチキンとお吸い物は絶品だった。皆でわいわいやりながら作って楽しく美味しかった。

\*ポプラのちらし寿司はいつも美味しいです！

お吸い物もだしの香りたっぷりですよ！

\*彩も春らしい御料理で、目と舌で味わえました。皆で作って食べるところが醍醐味です。それぞれ工夫して作ってどの品もとても美味しかったです。早く春になって皆が笑顔になるといいなと思いました。

