



親父のいい加減、絶品カレー

これまでほとんど厨房に立ったことのない私が最近、ひょんなことからカレーを作るようになった。煽られると“豚も木に登る”タイプの私ですので、初めて作ったカレーを誉められ、その気になってしまったのが“運の尽”。

娘やその友人から“超うまーっ”“ヤバイヨ コレ!!”などと品のない言葉ですっかり乗せられ、いよいよ“木のテッペンに”!!

そんなカレーを御紹介させていただきます。

フライパン(大き目)に油を少々入れ、スライスしたニンニクを十分に炒めてから玉葱を加え色が変わるまでじっくりと炒める。

この時点からタップリと“愛”を注ぎ込む。大鍋に移し、鳥ムネ肉、茸類(エノキ、マイタケ、シメジ、シイタケ、エリンギ)、人参を投入、更に炒めてから水を入れ20~30分間、灰汁を取りながら煮込む。

ここで**真打ち**江崎グリコ社製ZEPPINカレー(中辛、辛口はお好みで)を投入し、味ととろみを整える。**隠し味**としてチョコレートと粉末玉葱を適量使用する。ジャガイモはその時、食べる量のみをレンチで5~6分“チーン”し、出来上がり10分位前に入れ煮込む(残ったカレーを冷凍保存するため)

“愛”と“工夫”で好い加減のZEPPINカレーをお試しあれ!!



義援金の御礼とご報告

あの悪夢のような震災からもう三カ月以上が経過しましたが、被災地では未だ大きな混乱と、先の見えない状況が続いています。また原発事故の処理は遅々として進まず、負の遺産として後世まで残ってしまいそうです。

さて、当NPOでは、会員二十の歯科医院の協力のもと募金活動を実施して参りましたが、6月17日までに患者さんの尊いご厚志978,308円を集めさせていただきました。この中から、すでに被災地に送った歯ブラシ代の189,000円を差し引いた789,302円を、日本赤十字社を通じて被災地にお送りしました。紙面をお借りし皆様のご協力に感謝申し上げます、ここに報告すると共に、被災地の一日も早い復興を願っております。(石井)

編集後記
「もれび」夏号をお届けします。
今年の夏の過ごし方、皆さまはどのような秘策をお持ちなのでしょう。
今から力強いハートナーを得ました。
大野尚江さん、こもれびの熱い読者でもあります。よろしくお願いたします。
(齋藤)

サークルiは、口の中の細菌が及ぼす全身への影響や、食事で噛むこと以外の口の知られていない機能を勉強し、それを市民の方々と共に考えていただく会です。ホームページ上でも情報を開示しています。

<NPO法人口腔健康推進協会サークルi>

227-0033横浜市青葉区鴨志田町815-35

電話：045-962-1184 FAX：045-962-1962

メール：info@circle-i.org URL：http://www.circle-i.org

