



旬の風 223号 (2020年11月)

気が付けば、今年も残すところあと2ヶ月足らず
年明け早々、感染症という目に見えない恐怖に襲われて週末でもほとんど外出する
こと無く、家で過ごす様になった。だんだんやる事も無くなり、
さあ なにしようかな・・・
十数年前、ブームになった韓流ドラマ。プライムビデオで見はじめた。
まあ大変、どっぷりハマってしまった！！続きが気になり、暇さえあれば、
パソコンを開けてしまう。 おかげで「韓国語、わかる単語の数が増え。」
ドラマでは、食事のシーンがよく出てくる。炊飯器でご飯を炊いて、よそって食べる。
日本と同じだ。それにしてもその品数の多さにビックリ！！テーブル狭しとお皿が
並ぶ。どんな、おかずか興味津々。

緊急事態宣言以降、主人も子供も在宅勤務。我が家の2階は「オフィス」と化し、
リモートでのやり取りが聞こえてくる。
私といえば邪魔しないよう、しずかーにドラマを見ているが、朝・昼・晩3食食事の
用意をしなくては、初めの頃は飽きに来ないように、手を変え品を変え頑張った、つも
りだが・・・。 いまだ、一向に変わりなしのこの状況。
食費はかさむし労力を使い果たし、もう品切れだ！！
ウィズコロナと言うけれど、先が見えないのはつらい。
そうは言っても、家族の健康が一番。そんなに品数は揃えられないけれど、バランス
を考え、海藻・きのこ・発酵食品・緑黄色野菜など、たくさん使って免疫力を高める
ような食事を作らなくては。
さて、手が空いたら次は、どのドラマ見ようかな。

メッシーちゃん 2

～ 今月のメニュー担当より (トマトケチャップ) ～

今回は生活クラブの消費材、組合員の中でも人気の高いトマトケチャップを紹介したいと
思います。市販されているトマトケチャップの多くは輸入トマトを原料にしていますが、
生活クラブのものは国産トマト100%、1瓶に約12個使用しています。

収穫された加工用トマトを煮込んでピューレにし、味付けして瓶詰めにしたシンプルな
ものですが加水無し、余計なもの不使用で、トマトの旨味や風味がストレートに感じられ
自然でコクのある味になっています。

11月にもこのトマトケチャップを使ったメニューが何度か登場します。
お楽しみに…

