

旬の風 194号 (2018年6月)

春の訪れと共に、我が家の生活スタイルがだいぶ変わりました。長男の幼稚園のお弁当作りから解放されましたが、長女が憧れのJKになり、インスタ映えするお弁当を作って欲しいと言われ奮闘中です。ダイエット中の娘にも野菜たっぷりの旬の献立がとても参考になり役に立っています。

娘から「美味しかった」の一言で、私のやる気モードは上昇です。15年間専業主婦でしたが、旬と出会い2年目を迎えることが出来ました。何もわからないまま飛び込み失敗や教えていただく事の中で、社会との繋がりを持つことができ新鮮な気持ちで日々を過ごしています。これからも私も研鑽を積み、アイデアを出せる存在になっていきたいです。
(E. K)



メニュー担当者からの一言

新緑から真夏への合間の梅雨、淡い水色の紫陽花が涼やかで楽しませてくれます。

紫陽花はしとしと降る雨がよく似合います。

でも、お弁当屋にとっては要注意の季節です。高温、多湿は食中毒が起こりやすい要因です。いつにも増して注意してお弁当を作っていますが、お届けしたお弁当はなるべく早くお召し上がりください。

さて、野菜はいつの間にか、夏野菜の定番、トマトやなすが多くメニューに入ってくるようになりました。胡瓜の酢の物やら茗荷、新生姜なども。梅雨のこの時期、体もだるいと感じます。冷たい飲み物を控え、発汗作用のある生姜や、利尿に効果のあるきゅうりなどで体を整え、来る本番の夏に備えましょう。