



旬の風 201号 (2019年1月)

明けましておめでとうございます。

新しい年が始まりました。

毎年、身近な、小さな目標を立てることにしています。去年は、周囲の助けも借りラストスパートで、目標を達成することが出来ました。

さあ、今年はどんな目標にしましょう。

話は変わりますが、さくら草ではお誕生会の日の焼き魚の下に、笹の葉を敷き、料亭風？に盛り付けをしたり、紅葉したもみじを飾り付けたりと、食事を出す側としては、特別な日には少しお皿の上も華やかにしています。

ところが、我が家でも、盛り付けに木の芽や南天の葉を添える時があります。その都度、主人が、これは食べられる？と、聞いてきます。なんで？いちいち面倒くさいなあ。

と思っていると、本人がどこかからこんな話を聞いてきました。

洋食は、お皿に載っている物は、全て食べられる物なのだそうだ、と。

本当か嘘かは分からないが、確かに、料理屋でも、作り手に、聞かなければ食べられるかどうか分からない物が載っている事があるなあ、と。

そこで、さくら草では、お皿に載せるものは、必ず食べられる物だけで盛り付けをする事にしよう、と、話し合いました。アルミカップだけは許して頂いて。

これからも、味付けは勿論、盛り付けにもより一層配慮していきたいと思います。

本年もどうぞよろしくお願い致します。

(ルク)

メニュー担当からの一言

来年こそ…。今年こそ…。

と言っている内に一年が過ぎゆくのがなんと早足であることか
また新しい年がやってきました。

冬も本番に入る一月、寒さが益々身に沁みます

冬の旬野菜で体を温めましょう。今はどんな野菜も一年中出回っていますが
やはり、旬野菜は味も栄養分も最高になります。

今月は今が旬の大根・牛蒡・蓮根・白菜・青菜などをたくさん取り入れた献立を
考えました。地味な野菜たちですがビタミンC、カルシウム、カロチン、鉄分
など豊富に含むなかなかのすぐれ者たちです。