



I・V・Aレポート

認定No. ニックネーム:

1060

磯

タイトル:

ロマネスコ入りビーフン



冷凍庫に大事にとってあった坂本さんのロマネスコをつかってビーフンをつくりました。当初はロマネスコ、たまねぎ入りの肉野菜炒めで調理ははじめましたが、29日から大型連休になるので、肉を炒め、半端なゴボウを炒め、冷凍から戻した玉ねぎ、ロマネスコをいためていたところ、昨日かったビーフンが気にかかりビーフンを投入し野菜入りビーフンとなりました。味付けは、油と牛肉のみですが、焼き具合が味付けですかね二皿、食べました。だからお腹が立派になったのでしょう。残りは、明日のお弁当のおかずになります。部屋を留守にする間、バケツでトマトを育てるつもり。いわきに帰って来たとき トマト成育していますか心配事務所の事務員さんに広報に写って居ましたと言われました。どうやら2月18日のすずき農園さん(ナメコ)で説明を受けている写真らしいです。事務所に持ってきたナメコはその時のですよと話しました。ナメコ3回めは味噌汁で頂きました。