

男の料理

6月定例 肉でサラダ

香りの良い食材を使って、梅雨のどんより気分も晴れる素敵な一皿となりました



手順を確認してスタート!



MENU
牛肉のたたき
初夏のサラダパスタ
チーズスフレ



roast beef



肉は全部の面を焼きつけます。一つの面につき15秒くらい。



香味野菜のたれに漬けておきます



summer pasta salad



バジルをペーストに



パスタのソースを作っています



cheese souffle

卵白以外の材料を混ぜておきます。ミキサーを使うと簡単



卵白をかたく泡立て、泡を消さないように他の材料とあわせませす

6月18日(土)

★ハーツ羽水組合員集会室

★参加8名

★講師：出倉弘子先生