

女性委員会ページ

今年も冬の子供冒険学校協力参加してきました



今年は暖冬で雪の心配もしてましたが、実施する3日前に寒波が来て1月28日それなりの雪が有り当日キャンセルもたくさん出たが総勢67人（女性委員会参加4名）という大所帯の取り組みになりました。最近のリピーターも増えて新年度から中学生になる男子が2名いて「中学生になっても来てもいい？」と聞かれ大歓迎です。やはり長く続けているので実りの有る取り組みで参加者の方も大満足のようでした。その反面、感じたことはスタッフも高齢化してきた事とスタッフが足りないと思いました外遊びにはもう少しスタッフが欲しいですね。



干し野菜ときのこのクリームシチュー

材料（6人分）



- ・干しきのこ（しめじとエリンギ各1パック）100g（生で約350g）
- ・にんじん 1本 ・たまねぎ 1玉 ・ベーコン 1パック（140g）・水800cc
- ・牛乳 200cc ・市販のミクスシチュー（顆粒タイプ・6皿分）1箱

<事前準備>

- ・しめじは食べやすい大きさに軸ごと小房に分けて、数時間～1日干す。
- ・エリンギは斜めに3～5mmにスライスにするか、縦に手で裂くか数時間～1日干す。お好みで切り方を変えるだけで食感が変わる。
- ・にんじんは拍子切り、数時間～1日干す。表面が白っぽくなりふにやりとする。
- ・たまねぎは適当な大きさのくし形切りにして、数時間～1日干す。

<作り方>

- 1, 鍋にサラダ油を熱し、干し野菜、きのこ、ベーコンを焦がさないように炒めます。
- 2, 水を加え、材料が柔らかくなるまで弱火～中火15分煮込みます。
- 3, いったん火を止め、市販のミクスシチュー（顆粒タイプ）を少しずつ振り入れながら溶かし、再び弱火でとろみがつくまで約5分煮込みます。
- 4, 牛乳を入れてさらに約5分煮込んで仕上げます。