



3月といえは...

3月といえは...ひな祭り
 びすよね。女の子の
 健やかな成長を祈っ
 て毎年3月3日にお
 祝いします。今月の
 お料理にはひな祭り
 用のお花の巻きずし
 をご紹介しています。
 とこを切っても金た
 郎あめのようにお花
 が出てきます。少し
 手間ひすが意外に簡
 単。是非チャレンジ
 してみてください。

大きなパフェ

先日、友人家族と一緒に
 テザートを頂きにフ
 アミレスに行ってきました。
 旬のイチゴのデザート
 がいっぱい。私がたの
 んだのは写真右のミニ
 パフェ。娘が注文した
 のが左のビッグパフェ。

美輪さんの言葉

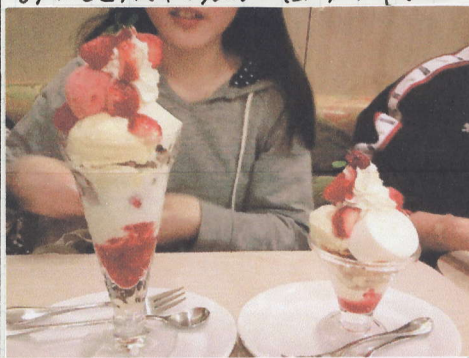
先日朝の情報番組で美
 輪さんがゲストで出演
 されていました。紅白

美輪さんのおうが



このパフェは、小食な
 のにデザートはペロリと
 平らけていました。

おいしいパフェに舌づつみ。



では親子の情愛を歌った
 「ヨイトマケの歌」のお
 話をされていました。何
 の見返りも期待せず、家
 族のためにがんばれる、
 それこそが本当の愛です
 と話しておられました。
 私も心に染みしました。
 家族は大切な宝物です。

丸いお揚げ!?

寒い日はおでんが1番！
 ということでおでんが不
 用にもちきんちゃくを作
 ることにしました。
 あつを買ってくると、何
 と丸い形のものが一つ
 まさっていました。がんも
 とき用の間違っって混入し
 たのでしょいか？
 やっぱりもちきんちゃく
 は丸より四角の方がずっ
 と作りやすいことかわか
 りました。

丸いお揚げが!



お花の巻きずし



材料 (1本分)

- 巻きずし用のり... 2枚
 - すしめし... 240g
 - でんぶ... 適量
 - シヤフレーク... 適量
 - チーズかまぼこ... 1本
- 作り方●
1. のりを1/2を1枚、1/6を5枚、残りを細長く2枚に切る
 2. でんぶ、シヤフレークをまぶしたすし飯を120g作り、1/6ののりに1/2程広げ、巻く。
 3. 2と同様に5本作る
 4. 真ん中にチーズかまぼこ、5本を周りにして花を作り、細長いのりで合味させる。
 5. 1/6ののりにすし飯をおき、4をおま、巻く。