

隔号連載



ホーム発 暮らしの便利帳



障がいのある人が、自立生活を送るためにはというテーマを意識しつつ、暮らしの知恵を提案します。

しぶや・ぱれっとホーム編

ガスパチョ作り

まだまだしぶや・ぱれっとホームの料理作りブームは終わっていません！今回は伏見さんによる「ガスパチョ」作りをご紹介します。（ガスパチョ…スペインやポルトガルの冷たいスープ）

スタッフと一緒に、レシピ本通りに作りました。前日にトマトと調味料などを漬け、仕込みをすることで味が良くしみるそうです。右の写真は、具材をミキサーにかけた後、食感がなめらかになるようにザルでこしているところです。



仕上げに乗せているパセリも、伏見さんのご自宅の家庭菜園から持ってきたものでした。とても美味しくできて、ほかの皆さんにも好評でした。

伏見さんに感想を伺いました。「作業自体は簡単でした。上にパセリをのせて彩りをきれいにしました。」

普段作らないようなメニューも、入居者の皆さんからアイデアをいただくことが多いので助かっています。

（しぶや・ぱれっとホーム 飯山直子）