

# 橘おとこ塾が始まりました

今年度の「橘おとこ塾」が7月28日に開講しました。9月のお祭り広場での「たこ焼き」11月の文化祭での「豚汁」作りを含め、全6回を予定しています。講座を通してこれからのシニアライフを楽しく充実して過ごす機会としていけたらと思っております。

第1回目は「たからや食堂」の店主である齋藤吉男さんを講師に、スタミナ料理と題し「ポークソテーとポテトサラダ」の作り方を直伝いただきました。特にポークソテーは豚肉の筋に切込みを入れてから小麦粉をまぶして焼き、途中赤ワインを加えてさらに焼き、砂糖・胡椒・醤油で味付けて最後にトマトケッチャップを加えて完成させましたが、プロ直伝の絶妙な味加減に全員が舌鼓を打ちました。

