

支える会通信

No.100!

調布を耕す会を支える会

事務局/〒182-0024 東京都調布市布田3-20-1

TEL 042-486-1022 & FAX 042-486-0232

しごと場大好き国領に勤務しております三井春美です。秋深き隣は何をする人ぞと言うように、秋の夜長に静か読書にふけるのも良いですが、なんととっても、実りの季節、食欲の秋ですね。国領では、毎週月曜日に調理実習を行っています。私は美味しいものが大好きなので、この調理実習は毎週とても楽しみにしています。お米を研ぐことから始まり、野菜を切ったり、しょうがをすりおろしたり、各々出来ることに挑戦しています。技能習得だけでなく、各自が責任を持って役割分担をして料理が完成することに、喜びを感じます。10月はハロウィンということで、かぼちゃのクラムチャウダーを作りました。ここでレシピを紹介します。

是非、作ってみて下さい♪

-----参考-----

■ パンプキンクラムチャウダーの作り方

【材料4人分】

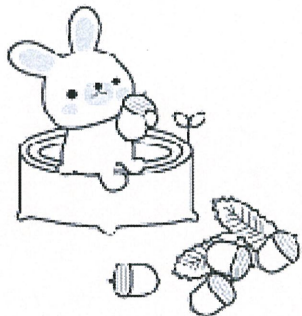
- かぼちゃ 1/2個 約500g
- バター 大1
- 玉ねぎ 1個
- ベーコン 100g
- チキンブイヨン 1個
- あさり 缶詰1個
- 牛乳 200ml
- 生クリーム 50ml



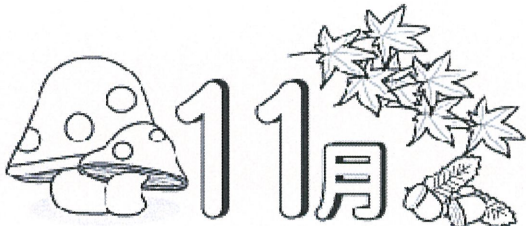
【作り方】

- 1 かぼちゃは電子レンジにかけ、柔らかくしてから皮と種を取り除き、0.5~1cm角に切る
- 2 玉ねぎは粗みじん切りにし、バターでしんなりするまで炒める
- 3 短冊切りにしたベーコンを加え、少し炒めたら、かぼちゃを加える
- 4 水をひたひたに入れ、チキンブイヨンを加え、灰汁を取りながら、柔らかくなるまで煮る
- 5 あさりの缶詰を汁ごと入れ、牛乳を加えて、塩こしょうで味を調えて完成。

ほう&れん&そう畑

<p><<会員を募集中です>></p> <p>支える会では、新しく会員になって下さる方を募集中です。</p> <p>皆さんのお知り合いにお声かけをして頂ければありがたいです。よろしくお願い致します。</p> <p>また更新がお済でない方がおられましたら引き続き更新の手続き、よろしくお願い致します。最寄りの郵便局でお願い致します。</p> <p>口座番号：00180-8-658342 加入者名：調布を耕す会を支える会 正会員(一口) 5000円 賛助会員(一口) 3000円</p>	<p><< 役員会報告 >></p> <p>2020年9月13日しごと場大好きにて行われ、以下の議題について話されました。</p> <ul style="list-style-type: none">*法人事務局から報告*法人の活動 作業所の状況 コロナ対策*バザーについて*広報の内容 
--	--

☆ありがとうございます☆

<p><<会員名紹介>> 敬称略、順不同</p> <p>2019年8月9日～9月23日に新規継続で会員になって頂いた方々です。ご協力に感謝致します。</p> <p>2020年度新規継続会員</p> <p>【正会員】 三浦博昭 三浦多加子 三浦大地 片山美津留 天田進二</p>	<p>【個人賛助会員】 奥岨希予子 三國裕子</p> <p>【サマー募金】 天田進二</p> 
--	---

会報担当から

みなさまいつも会報をお読みいただき有難うございます。支える会通信もNo.100までできました。

支える会の会報では、皆様からの原稿をお待ちしております。日々の出来事 趣味の話などなど、

原稿は事務局あてに送って下さい。よろしくお願い致します。 (tera) 2020/10