

# 大森分会だより

PLEASANT OHMORI



編集長  
\*:.:.  
:.:\*  
菊池 弘至

## 料理など・・・

今月は予定した住宅デーが雨天中止となり、写真や記事も無く、レシピを紹介したいと思います。

夏はそうめんが美味しいと言いますが、食感的に苦手な人も多いかと思えます。多くの薬味を加えると細めの食感が中和され食べやすくなります。葱・みょうが・かいわれ等を刻んで沢山使うと美味しいです。

それでも食べれない人が居れば、お勧めなレシピと言えるかも！？ そうめんって貰ったりして、食べないで余らせる事も…。

本日は、そうめんを使った「中華風冷やしそうめん」を紹介致します。

### ①たれ



ボウルにお酢・甜麵醬・砂糖・

レモン汁を適量入れ、よくかき混ぜます。仕上げに



白ゴマをぱらりんぱ！  
たれの完成で～す♪

### ②麺の上にかける具

ひき肉・にんにくの芽をゴマ油で炒めます。にんにくの芽は、1センチくらいの長さに切って下さい。



味付けは豆板醬・塩胡椒少々で整えます。



具材の完成であります！

### ③そうめんを茹でる



そうめんを茹でたらざるにあけ、よく水で冷やしてから、水切りして下さい。

①を皿に流し、③のそうめんを入れ、たれとからめて下さい。②の具材をのせたら完成で～す♪



お試しあれ！ 次号は大森分会だより400号、紙面刷新します。



こちらが大森から見事な夕焼け。コラボ大森

※簡単な略文  
ペンで記入、鉛筆書き宛名  
天地逆×、住所・氏名を忘  
れなく印刷・スタンプは忘  
れなく書き置き  
7月切離さの場では、期  
はき全手離議の場では、期  
はき全手離議の場では、期

私が東京で○○(※建設  
業と分かる職種)をして  
います。「命の綱」建設国  
私達の補助金は、建設国  
保の補助金を確保して下さ  
い。現行水準を確保して下さ

**テニス部からのお知らせ  
新規参加者募集中！**

**次回8月31日(土)**

会場の予約が中々取れませんが、  
8月に開催します！  
宜しく願います♪