



# テイケア通信 2022年 6月増刊号

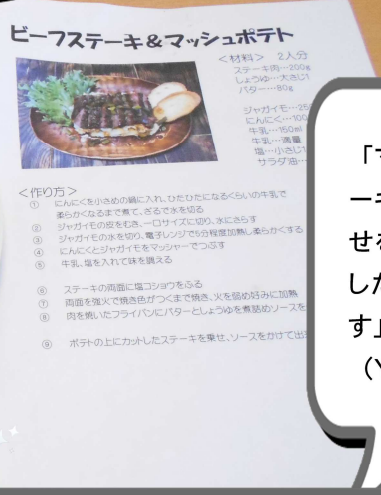
6月某日水曜日。農園プログラムで『ビーフステーキとマッシュポテト』を調理。収穫したニンニクをたっぷり使い、収穫したジャガイモでマッシュポテトも作り、収穫したトマトとオクラを添えました。1枚のお肉を皆で分けたので、お店で食べるほどたくさんはありませでしたが、皆で育てたものを皆で調理して食べるという貴重な経験ができました。



「わたしがいる施設では、ステーキが出ないので、食べれてうれしかったです。肉がやわらかくてとってもおいしかったです。今日、デイケアに来てよかったです」  
(Nさん 40歳代女性)

「わたしの家ではほとんど牛肉を買わないので珍しくおいしいと思った。マッシュポテトもニンニクもまるやかで味わい深かった。今後も味わうときにも作る時にも参考になると思う」  
(Oさん 60歳代女性)

「僕の家では、ビーフステーキというものは食べたことがない。普通の薄い肉は食べたことがたまにある。とても、おいしく食べられた」  
(Aさん 60歳代男性)



「マッシュポテト、ステーキと野菜の付け合わせをおいしくいただきました。また、食べたいです」  
(Yさん 30歳代男性)

「皆の嬉しそうな顔が見れて、また美味しいと言って食べてくれているのが、とてもよかったですと思っています。デイケアでも初ですよ、ステーキは!」 (Mさん 職員)

「自分たちで育てた野菜を調理し皆で協力して2品作りしました。ニンニクの効いたビーフステーキに同じくニンニク風味のマッシュポテト。最高においしかったです!」  
(Yさん 40歳代男性)

## 調理の様子

ジャガイモとニンニクをつぶします



ニンニクチップを揚げてます



肉を焼きます。IH調理台です



盛り付け

