

passer un après-midi

3



残り物のカレーにはヨーグルト



残り物のカレーにはヨーグルト

材料

普通に作っても、翌日に余るカレー
ごはん
プレーンヨーグルト
ベビーリーフ
カッテージチーズ

作り方

カレーを温め直して、プレーンヨーグルトを混ぜる。

温めたご飯にかける。

その上に、ベビーリーフとカッテージチーズを載せる。

カレーの次の昼ご飯がカレーでもいいんだけど、ちょっと手間かけるとこれがまた、乙な味わいに。

カレーに生野菜は普通に出会いものですが、ヨーグルトとカッテージチーズで、よりサラダ感が増します。





トマトとクリームのファルファール

材料

ファルファール 蝶ネクタイのようなパスタ ゆでるともっちり
トマト 生
生クリーム

オリーブオイル
塩、黒胡椒（粗挽き）

菜の花（時期的に旬だったので）

作り方

菜の花はあらかじめオリーブオイルで炒めておく。
ペピーリーフとか、水菜とかでもいい。緑色だったら、大抵おけー。

フライパンにオリーブオイルを入れて、櫛にカットしたトマトを中火以下で炒める。

表面がいい感じに焼けて来たら（半生ぐらい）
生クリーム、塩、黒胡椒を啜えて混ぜる。

茹で上がったファルファールを啜えて、フライパンの中で馴染ませて調理終了。

お皿に移して、菜っ葉をのせれば出来上がり。



サラダほうれん草を指で千切って盛りつけた
だけ

亀岡産の直送野菜を洗って千切っただけ。
そのままでもいいし、塩と胡椒だけとか
でもいい。
新鮮なので、篇に調理するよりいいと思った。



全粒小麦パン

トーストして、エクストラバージン
オリーブオイルをたらしてある。

ソーセージとリンゴを炒める

これにジャガイモが加わる
こともある。
色が似ているので、ジャガイモと
リンゴの区別がつきにくい。
子供がよろこびます。

これにカップスープをオマケしてやれば、
それなりの分量になるような気がするんだけど、
ちょっと少ないかなあ、、、ま、休日メニューだし
3時のおやつもあるし。



ジャガイモのスープ煮

ジャガイモを小さく角切りにして、
柔らかくなるまで煮る、

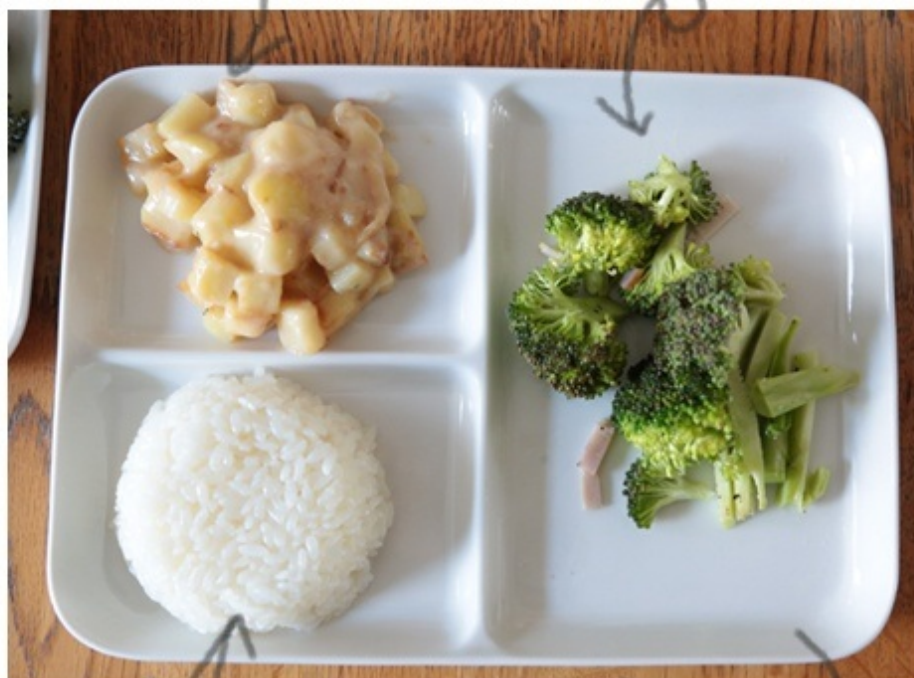
食べられる固さになったら、市販の
お湯で溶くだけのスープを加えて、
ぐるぐると混ぜ合わせる。

汁気が切れて来たら、できあがり。

ブロッコリーとベーコンの 炒め物

ブロッコリー切る、
ベーコン切る
オリーブオイルで炒める
塩を振る

以上



無印良品のお皿

オリーブオイル・ライス

バターライスよりあっさり
でも、香りはたっぷり



一番下にナン スーパーで売ってるの

食べやすい大きさに、あらかじめカットしておくのが日本文化

三層目ほうれん草

なんだけどレタスとか、ピーマンとか水菜とかでもいいと思う。



四層目 チーズ

ここでは、とろけるシュレッドチーズを使っております。

でも、カマンベールとか、そういうのもいいと思う。

二層目 トマト

汁気のある野菜を入れておかないと、食べる時にもそもそして、なんかいや。

余談ですが、子供の頃は最中が苦手でした。口の中の水分を全部とられてしまうので。

こいつを鉄板に並べて、グリルで十分ぐらい焼くと、ちょうどこんな塩梅に焼き目がついて、出来上がり。



- Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです Qu」 <http://p.booklog.jp/book/85799>
「passer un après-midi 2 午後の過ごし方」 <http://p.booklog.jp/book/85513>
- Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです nYa」 <http://p.booklog.jp/book/85209>
「passer un après-midi 午後の過ごし方」 <http://p.booklog.jp/book/85513>
- Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです na」 <http://p.booklog.jp/book/85209>
「passer un après-midi 午後の過ごし方」 <http://p.booklog.jp/book/84911>
「Travelogue ep.02 桜巡り」 <http://p.booklog.jp/book/84667>
「黄金の麦畑」
1.Largo <http://p.booklog.jp/book/58662>
2.Allegro molto <http://p.booklog.jp/book/83865>
3.Adajo (連載中)
「黄昏の王国」
イーリアス編 <http://p.booklog.jp/book/49612>
アリシア編 <http://p.booklog.jp/book/51254>
- Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです na」 <http://p.booklog.jp/book/84165>
Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです mu」 <http://p.booklog.jp/book/83952>
「Travelogue ep.01」 <http://p.booklog.jp/book/83694>
Photo 「Hina」 <http://p.booklog.jp/book/83499>
Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです itu」 <http://p.booklog.jp/book/82880>
Photo 「空と窓と、京都の路地は奥に深いです yo」 <http://p.booklog.jp/book/82643>
Photo 「空と窓と、京都の路地は奥に深いです mi」 <http://p.booklog.jp/book/82160>
Photo 「からくれないに ni」 <http://p.booklog.jp/book/81713>
Photo 「bleu, jaune, vermillion」 <http://p.booklog.jp/book/81111>
Photo 「H.45」 <http://p.booklog.jp/book/80229>
Photo 「Fly me to Paris I～XIV」
Photo 「祇王 こけのころも」 <http://p.booklog.jp/book/74864>
Photo 「空と雨と6月と」 <http://p.booklog.jp/book/74060>
- 小説
「ネガティブズ2」
「ネガティブズ」 <http://p.booklog.jp/book/73051>
- Photo 「空と僕と自転車とni」 <http://p.booklog.jp/book/72996>
Photo 「空と僕と自転車と」 <http://p.booklog.jp/book/72092>

Photo 「空と椿と木蓮と、そして花水木」 <http://p.booklog.jp/book/71344>
Photo 「空と雲と、ぜんぶ鳥のいたずら」 <http://p.booklog.jp/book/70700>
Photo 「空と雲と、ときどき春の野に行く」 <http://p.booklog.jp/book/70137>
Photo 「空と月と、夜桜デート」 <http://p.booklog.jp/book/69415>
Photo 「空と木と、ときどきの梅暦」 <http://p.booklog.jp/book/68722>
Photo 「空と窓と、京都の路地は奥に深いです ni」 <http://p.booklog.jp/book/65536>
Photo 「空と窓と、京都の路地は奥に深いです」 <http://p.booklog.jp/book/64153>
Photo 「空と木とたまに月」 <http://p.booklog.jp/book/62540>
Photo 「からくれないに」 <http://p.booklog.jp/book/61473>
Photo 「空と雲と、ときどき月」 <http://p.booklog.jp/book/36294>
Photo 「夢みる桜」 <http://p.booklog.jp/book/45286>

— 僕カノシリーズ —

「僕が彼女に殺された理由（わけ）」 <http://p.booklog.jp/book/31906>
「僕と彼女の選択の事由（わけ）」 <http://p.booklog.jp/book/35498>
「僕と彼女はそれしか答えを見つけられなかった」 <http://p.booklog.jp/book/36101>
「僕と彼女はそれでも答えを探し続ける」 <http://p.booklog.jp/book/36617>
「僕と彼女と複雑な関係者たち」 <http://p.booklog.jp/book/37238>
「僕と彼女と単純な関係式」 <http://p.booklog.jp/book/37731>
「僕と彼女と校庭で」 <http://p.booklog.jp/book/38409>
「僕と彼女と校庭で 夏」 <http://p.booklog.jp/book/38977>
「僕と彼女のアリア」 <http://p.booklog.jp/book/46524>
「僕と彼女のインベンション」（次回）

— その他 —

傘がない <http://p.booklog.jp/book/69798>
夕暮れの赤ちょうちん <http://p.booklog.jp/book/42024>
いもうと <http://p.booklog.jp/book/40794>
サマータイム・ブルーズ <http://p.booklog.jp/book/34054>
危険なドライビングマジック <http://p.booklog.jp/book/33630>
デフラグメント <http://p.booklog.jp/book/33116>
インフルエンズ あのころの僕たち <http://p.booklog.jp/book/32752>
花舞い、名残り雪 <http://p.booklog.jp/book/32187>

詞画集 「ただ憧憬だけを」 <http://p.booklog.jp/book/34472>
画集 「彼と彼女の表紙画集」 <http://p.booklog.jp/book/39345>