

passer un après-midi

4



チーズリングのオムレツ

材料

今回は人参とズッキーニとマッシュルームを具にしています。
ま、好きな物なんでもいいってことで
油はオリーブオイル

もちろん卵も
牛乳も少し

シュレッドチーズ



作り方

具材をざっくりと切ります、

そいつらをフライパンであっさりといためて、塩、胡椒
などで軽く味付け。

溶いた卵（牛乳入り）をフライパンに流し込んで、
火力を弱めにして、嚢を作りながら中央に寄せて行きます。

火が通りきらない状態で、周りにシュレッドチーズを
置いて行きます。

チーズの淵が、カリカリッと焦げたら出来上がりですね。

このお焦げが
ポイント



即席 ライス イズ グラタン

材料

のこりご飯 イチから炊いてると即席にならないので
カップスープの素など
ほうれん草、、、だと思われる

シュレッドチーズ



作り方

なんだか、写真を見ていただければ、作り方なんて分かると思うんですが、

冷凍してあったご飯を解凍。
耐熱皿に入れる。
カップスープの素を加えてお湯を適度に入れ、混ぜる。
(お湯が多すぎると水浸しに、、、)

ほうれん草をのせてさらにチーズをかける。

トースターで焼く。

さすがに3分は無理ですけど、10分ぐらいで出来るのではと。

スープはクノールスープよく使います。
なかでも、“男爵いものほにゃらら”とか“ほうれん草のたららん”とかがお気に入りで。

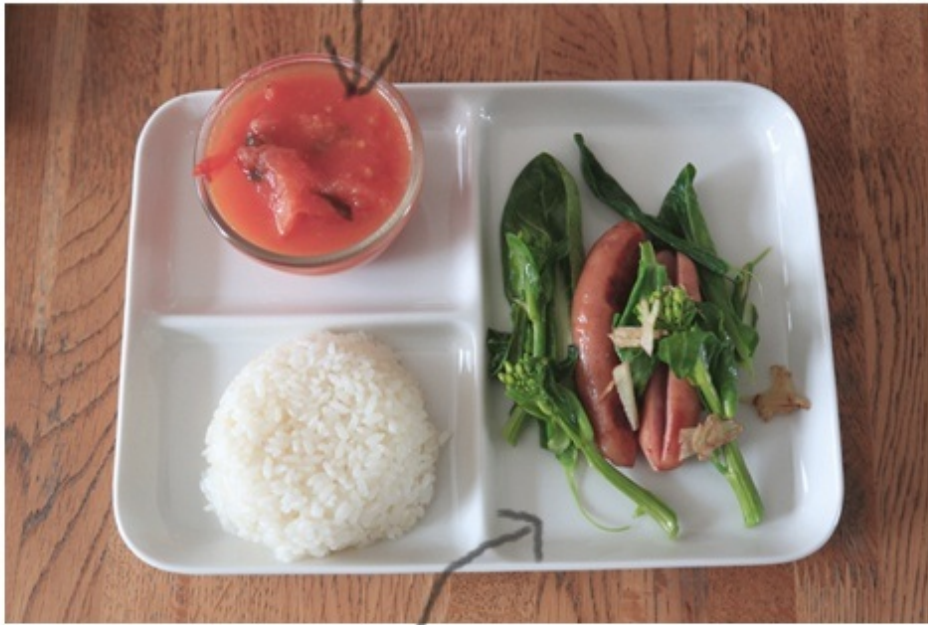


ソーセージとショウガは出会い頭

生のトマトをざくざくっと切って
オリーブオイルを入れたお鍋に放り込みます。

ジェノベーゼソース、ローズソルトを足して
弱火から中火ぐらいで、トマトの形が
崩れるぐらいまで煮る、、焼く？

時々混ぜてやった方がいいです。
お鍋は琺瑯の物を使っています。



ショウガを細切りに、ソーセージは半分割って
一緒にしっかりと炒めます、
(ソーセージを割るのは、その方が油が出やすいから)

それだけだと寂しいので、青菜を加えてあっさり
と炒めます。加熱すました、ぐらいの感じで。

写真のは、小松菜の菜花です。
菜の花が店頭に並ぶ頃、少し遅れてやってきます。

少々加熱してもしゃっきりとしているところが
好きです。



パックリマン（ををっと、商標ぎりぎりおけーか）

みるからに、普通に売っている豚まん和ピザまんなんです。

もちろんそのまま食べても美味しいのですが、なんていうか、食事を供する方としては、手抜き感が、一工夫出来ない物かと。

で、出来上がったのがこれです。

豚まん、ピザまんを指定通りに加熱後、包丁でパックリと切れ目を入れます。
（下まで行っては駄目です。）



豚まんには千切ったリーフレタス（これは水耕栽培のものなので葉っぱがとても柔らかいのです）

ピザまんにはカマンベールチーズ（大手乳製品メーカーの）を挟みます。

夕方5時ぐらいに食べる肉まんは、何も挟まなくていいんですけどお昼に食べるときは、どうも何かが足りないかんじがしていました。

一度ピザまんにシュレッドチーズをのせて焼いてみた事があるんですが、どーも違う。でもカマンベールはいいです。

屋台で売ってみようかな、



セロリと溶き卵のスフィリ

材料

セロリの葉っぱ、卵、プチトマト

フスィリ

塩 ぐらいかな

パン祭りでもらった
お皿。



作り方

セロリの葉とかって、あまりがちじゃないですか。生でサラダにするには固いですし。

なので、炒めたり、スープに入れたりするんですけど、カルボナーラ風に使うのもいいかなあと。香りがいいんです。

セロリの葉っぱを適当な大きさに千切って、オリーブオイルで炒めて、溶き卵流し入れます。
半熟城田のところに、ゆでたスフィリを混ぜ合わせ。袈裟に絡めて塩なんかで味を整える。

最後に、カットしたトマトをのせます。

赤と緑と黄色を描えるのを基本にしています。
見た目の配色が奇麗だと、美味しそうに見えるし、安っぽくも見えない。
原価 150円ぐらいですけどね



Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです tou」 <http://p.booklog.jp/book/86313>

「passer un après-midi 3 午後の過ごし方」 <http://p.booklog.jp/book/86112>

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/84911>

Photo 「空と雪と、京都の路地は奥に深いです na」 <http://p.booklog.jp/book/85209>

「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>
インフルエンス 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>