



河昌 女将だよ

第54号 2016年 春号



食欲の春〜!!

お弁当
おにぎり
おにぎらず



二二数年. どうも春の方が秋よりも食欲旺盛な私です(汗)

食べるのも大好きですが. 作るのも大好き! 最近「海苔」を使ったのり料理. 色々考えています.



他にもいろいろクックパッドに掲載中です!! (TAKA RYUUTYORIとっさ)

日に日に春らしさが感じられる頃とほりました. 季節の変わり目ですが. 不変りばかりお過ごしでしょうか?
春は出会いと別れ悲喜交々の季節です. 4月からの新年度. 変化のある方もほい方も幸多かれとを祈念しております.
私は二二数年. 何の変化もほく春を迎えたりしましたが. 今年は6月頃に引越しがとが決まっております. 天の恵の日々です. 何せ結婚以来30年働いてきたので... 出るわ出るわ. 色々な物オニパレードで. 驚きの連続です.
思い出のある物って どうしたら良いのか頭をかかえこんでしまっています. ちろちろお尻に火がつく頃. 決断の時はやっていきます. 丁度. どうなりますか...?!
教訓: お子様作品(絵や工作). 取り置かれるにしても廊下写真を撮ってデータ化をとってお勧めします.
ため二ひと あとが不変です.(汗)



春キャベツが上手な時期. 先日「キャベツの海苔巻ラタ」作ってみました.



茹でキャベツをご飯の代わりに巻寿司の要領で芯を入れて巻きました.



野菜もたっぷり入れて見ためもすくなく食べやすいよ美味しかったです.

[女将プロフィール]

須磨のりの河昌女将: 藤井潤子(ふじいじゅんこ) ニックネーム: ちゃばちゃん

うさぎ年4月2日 西宮生まれ 牡羊座 O型

経歴: 親和中学校 親和女子高校 大阪教育大学 3か月だけOL・結婚・出産・主婦歴29年・女将歴12年

家族構成: 夫、長女(大阪で看護師)、長男(東京で就職)、義母、愛犬良太(柴)、徒歩2分に実母

趣味: 食べること 食べた分だけお肉になるのが困りごと(汗); 海苔グッズ集め アカペラ始めて1年



須磨のりの河昌のキッチン

