

今月のレシピ

黒豆

(土井勝先生のレシピを参考に)

材料

黒豆(丹波種) 500g(洗っておく)

A きび砂糖 350g、醤油 大さじ4、塩 少量、炭酸 少々
古くぎ、鉄

作り方

- ①Aの材料全部を大きめの鍋に入れたつぷりの熱湯をかけフタをして1晩おく。
- ②朝、火を入れ、灰汁を取りながら、とろ火でよく煮込む。(7~8時間)
- ③煮汁が少なくなったらお湯を加える。(豆がいつも煮汁をかぶっている状態)
- ④2日くらいかけて煮ると楽にできる。
- ⑤煮上がったらフタをして冷めるまで空気にあてないこと。(しわになる)

レシピで一句 黒豆と 小豆買ひたり 春の旅(丹波)

細見綾子

お知らせ

止となりしました。
神戸校区新年互礼会は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中

寄付のお礼

スンバダンス教室から寄付をいただきました。今後の公民館整備に役立てます。大変ありがとうございました。

他国の切手になった中村哲医師とは？

中村哲医師が武装勢力に襲われ、命を落としてから2年が経った。私は、今日まで多数の有名人の死をニュース等で知ってきたが、中村医師の死ほど残念で悲しかったことはない。

生前の中村医師のことは知っていたが、テレビのドキュメント番組で医師のみならず土木事業の技術者のような活動もしている姿を見て、とても驚いた。

彼は、アフガニスタンの復興の為に医療活動も大事だが、戦争で荒れた大地を復旧させ住民の安定した生活を構築させることが先だと決断し、灌漑用水工事を始めた。しかも、自分から率先してユンボを操り、職のない現地の人々を雇いながら用水路や畑を造っていった。出来上った時の現地の人々の笑顔が感動的だった。こんな中村医師の姿を見て、「私利私欲の無き人間」、「人類は、みな兄弟」、「やさしさとは何か」を教えて頂いたような気がする。

そんな中村医師が、凶弾に倒れたとニュースで知った時には、「なぜ〜？」と信じきれなかった。

自分には、多数の人の為に動けるパワーはほとんどないが、何か小さなこと一つでも人の為に役立つことができたと思っている。

(米軍撤退後のアフガニスタンが心配！)

※写真は朝日新聞より抜粋⇒

