

はじめに

元来、私は単身生活が長かったせいなのか、食材の買い物と台所が大好き人間でした。おそらく、家内を困らせたでしょう。

また、病ゆえに暇人間です。訪問の皆さんが帰ると、テレビかパソコン生活になります。そこで興味を持ったのが、NHKの“ゆうどきネットワーク”で放送している有名料理人のまかない飯でした。記憶を頼りにパソコンに書きとめました。加えて、ネットからの引用でした。何も出来ない私にとって楽しみにしていました。

他の番組からも追加しているうちにレシピが増えてきました。この度、これ等と「おおやま桜」のレシピを組み換え、[け!][く!] 簡単料理レシピ集として、冊子にしました。是非笑読いただきたいと思います。

平成 25 年 1 月 吉日

鏡 一男

