

2011年

1月

帆立のクッパトック入り
ゆで豚のアミ塩ダレ
生もやしと鶏肉の春巻

2月

具だくさんのかやくご飯
パリッと手羽先
揚げ里芋のみぞれおろし

3月

豚ロースの甘辛ソース
豆腐と搾菜（ザーサイ）のスープ
白菜と搾菜（ザーサイ）の炒めもの

4月

カニと豆腐の春巻
もやしと豚肉の花椒風味
牛肉と黄パプリカのトウチ炒め

5月

手作りキムチ&キムチチャーハン
春アスパラの豚バラ巻き揚げ
さけとワカメのコリアンスープ

6月

じゃがいものイエローカレー
ベトナム風揚げ春巻き
人参ソムタム

7月

ガーリックオイルのたらこパスタ
アンチョビとフロッコリーのオレッキエッテ
ドライトマトの魚貝マリネ
生のリイタリアン揚げパン

9月

秋なすと豚バラの揚げびたし
冷や汁のぶっかけご飯
なんこつ唐揚げ居酒屋風

10月

ニンニク芽のピリ辛四川風
レンコン海老の揚げ団子
ピータンと干貝柱の茶わん蒸し

11月

ぶり大根コチュジャン煮
タコとキムチのチヂミ
豆苗のナムル

12月

我が家のビーフシチュー
ボルチーニきのこのクリームパスタ
アンチョビソース・レタスサラダ
大人のチーズケーキ

