

巨大鍋野外炊事

巨大鍋 パエリア

みんなで協力して大きなパエリアをつくろう。



対象	100人以上、200人程度
時間のめやす	3~4時間程度
持ちもの	洗剤（食器用石けん剤・クレンザー・手洗い石けん）・スポンジ・ナイロンたわし たわし・マッチ・新聞紙・軍手・ふきん・ぞうきん・エプロン・三角巾
食材等内容	米・シーフードミックス・角切りベーコン・鶏もも肉・パプリカ・ブロッコリー 玉ねぎ・にんにく・スープ・オリーブオイル ※事前にお申し込みください。費用は「食堂利用のご案内」をご参照ください。 ※別途、バタ薪の注文が必要です。3~4束を目安にお申し込みください。
貸出品	◎食堂より貸出 包丁（各班2本）・まな板・食器セット・鉄へら ◎野外炊事倉庫より貸出（巨大鍋は別途レンタル料¥10,000が発生します） 巨大鍋・巨大鍋蓋・巨大木べら・ポウル・ザル・やかん

事前準備

- ① 野外炊事場の確保
野外炊事場で行います。利用打合せ会で場所の確保をします。※巨大鍋は第2炊事場に併設
- ② 材料、バタ薪、巨大鍋の注文
「食事・おやつ等申込書」、「薪・クラフト等申込書」を用いて注文します。
- ③ グループの役割分担などの話し合い
かまど係・材料準備係等の役割分担をし、当日の流れを確認します。
- ④ (当日)場所の確認
グループの調理机・野外食卓・かまどの割振り等を確認します。

このアクティビティシートは、愛川ふれあいの村利用者に役立つ活動情報を提供するためのものです。目的外の使用、内容の改変、WEB等への転載を禁じます。

パエリアの作り方

 <p>1</p> <p>〈下ごしらえ〉 シーフードミックスをザルに空 け、水分を切っておく。パプリカ は細切り、ブロッコリーは一口大 にカットする。玉ねぎ、にんにく はみじんぎりにする。 下ごしらえを終えた食材は 巨大鍋のある本部に集める。</p>	 <p>2</p> <p>〈炒める〉 鍋にオリーブオイルを引き、 玉ねぎ、にんにくを入れてから 火をつける。香りが立つまでよく 炒め、シーフードミックス、ベー コン、鶏もも肉を入れよく炒め る。</p>	 <p>3</p> <p>〈炊く〉 米を入れ、透明になるまで炒め る。スープを半分程度注ぎ、まん べんなく行き渡るようにまぜる。 フタをして、約 30~40 分程度 炊きあげる。</p>
 <p>4</p> <p>〈完成〉 フタをして15分程で一度開け、 ブロッコリー、パプリカを ちらし、火が通るまで蒸す。 野菜に火が入ったらフタを開け、 水分を飛ばし、お焦げを作って 完成です。</p>		