



神奈川県立愛川ふれあいの村 平成28年1月24日

親子でダッチオーブンクッキング

前日の天気は、寒波の影響で雪の予報が出ていましたが、当日は冬晴れの空の下で、愛川ふれあいの村主催事業「親子でダッチオーブンクッキング」を開催することができました。16家族57名の方が、ダッチオーブンを使った「ポトフ」と「トマトの炊きこみご飯」作りにチャレンジ！



はじまりのつどいをした後は、冷えた体を温めるために全身を使ったじゃんけんをします。じゃんけんの後は、自己紹介タイムをとり、家族同士の交流を深めました。食材と炭火づくりの係に分かれてクッキングスタート！



食材係は、「ポトフ」、「トマトの炊きこみご飯」、炭の中に入れるだけの「焼きリンゴ」の作り方を教わります。子どもたちの中には、初めて包丁を使う子や、お母さんもびっくりするほど、包丁の使い方が上手い子も。ドラム缶で沸かしたお湯をバケツに入れて手を温めたり、炭火で温まりながらの調理になりました。お母さんが、遊んでいる子どもたちに「一緒に野菜をきろうよ」と言う姿に、家庭の温かい雰囲気を感じられました。



炭火づくりの係は、「炭のおこし方」と「ダッチオーブンの火加減」について教わります。ダッチオーブンと炭火は、見た目だけでは、熱くなっているかどうかわかりにくいので、目には見えない炭火の熱さの恐ろしさについても教わりました。しっかりと軍手をつけて炭火づくり開始！炭火で手を温めながら炭火が出来るのを今か今かと待ちます。新聞に火をつける時「マッチで火をつけられるから見てて！」と教えてくれる子もいました。

ポトフとトマトの炊きこみご飯の準備が出来たら、焼きマシュマロの時間。子どもたちは、おいしそうに焼けたマシュマロを「お父さーん」と嬉しそうに持っていきます。大人も子どもも出来たマシュマロを「トロトロー」「クリームみたい！」と美味しそうにほおばっていました。



しばらくするとダッチオープンから良い匂いがしてきます。トマトを丸ごと入れた炊きこみご飯のフタを開けると、漂う匂いに「おいしそう！」という言葉がでます。ポトフは、じっくり煮込んで皮のまま入れた食材のうまみを引き出します。焼きリンゴは、ジュージューという音と一緒に甘い匂いが炊事場の中に広がります。



ご飯が出来たら、班のみんなで揃っていただきます。炊事場の中は、寒いので陽のあたる野外食卓で食べる班も。あちこちから「おいしい！」の声。トマトの炊きこみご飯を食べてみると「こんなにおいしい味になるんだ」と驚きの声も。デザートは焼きリンゴ♪「甘くておいしい！」という声が聞こえてきます。



ご飯を食べ終わったら、みんなでお片付け。子どもと大人の手を合わせて片づけます。大人が洗ったお皿や鍋を子どもたちが拭いていきます。全部綺麗に洗えたら、班のみんなで使ったものを返しにいきます。最後に、使ったイスや机を片付けます。子どもたちは、全部のものが返せたら、待望の遊ぶ時間！栗の木広場でみんなで「だるまさんが転んだ」をしました。だるまさんにタッチした後は、食べた後でもお構いなしに走りまわりました！子どもたちが遊ぶ間、大人はダッチオープンのメンテナンスをしました。次回もおいしい料理が作れるように、ダッチオープンに熱し水分を飛ばして、オリーブオイルを塗ります。



ダッチオープンで「ポトフ」、「トマトの炊きこみご飯」を作り、煮込む、炊くという調理法を体験しました。他にも、焼く、揚げる、燻す、蒸すといったさまざまな調理法を出来るのがダッチオープンです。普段作っているカレーやご飯も、ダッチオープンを使って同じように作ることが出来ます。ダッチオープンで料理を作ると、圧力効果や鍋の厚みにより、中の急激な温度の変化が少なく、食材の芯までゆっくりと火が通るのでおいしくなります。いつも食べている味との違いを感じるはず。今回のダッチオープンクッキングを通して、ダッチオープンの良さや使い方を知っていただけたと思います。キャンプやバーベキューなどのアウトドアのシーンではもちろんのこと、家庭の料理でもダッチオープンは使えます。これをきっかけにダッチオープンを持って、外へ遊びに行ったり、友人や親戚が来た時に、ダッチオープン料理をふるまってみてください。文責：鷲山

