

# 親子で ダッチオーブンクッキング

愛川ふれあいの村主催事業1/22(日)日帰り



## 終了報告

1月にしてはとても暖かい中で、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。12家族39名の方に参加いただきました。メニューは“ローストチキン”と“冬野菜のシチュー”。皆さんでおいしくいただきました。



全体で挨拶をした後は、頭と体を使ったゲームをして皆さんの心と体をほぐします。体全身を使ったじゃんけんで温まったあとは、班ごとに集まり自己紹介。家族同士の交流を深めます。その後、アウトドアクッキングの説明とダッチオーブンの使い方について話をし、食材と炭火おこしの係に分かれてクッキングスタート！



食材係は、“ローストチキン”と“冬野菜のシチュー”の調理方法をスタッフから教わります。初めて丸ごとの鶏の姿をみる人がいて、興味深そうに目を丸くして見ている人や可哀そうといった表情で見つめている人もいます。ローストチキンの下ごしらえとなるとお父さん・お母さんがやっている姿を見て、「次やってみる！」と意気込む子どもたち。初めは鶏を怖がっていた子も1人で下ごしらえが出来るようになりました。シチューは、野菜の皮をむかずに煮込みます。野菜は皮の近くに栄養が詰まっていることと、生ごみを出さなくて済むことを知ってもらいました。



炭火おこし係は、“炭火のおこし方とダッチオーブンの火加減”についてスタッフから教わります。ダッチオーブンは一度火にかけてしまえば、待ち時間を有効に使えます。同じ年頃のお子さんを持つお母さん同士・お父さんはキャンプで役立つグッズについてなど、話に花が咲いていました。子どもたちは炭火のおこし方を通じて自然と仲良くなってきます。また、スタッフからは“鶏のとりにわけ方”の実演を行いました。ほとんどの人が初めての光景だったため、とりわけるときに「おお！」と感嘆の声を上げ、うなずきながら見入っていました。とりわけが終わるとお店などでよく見る“もも・手羽”といった部位に分かれます。



その後、グループごとに鶏を部位にとりわける作業がはじまりました。下ごしらえで関節を外しておけば、大人も子どもも簡単にとりわけることができます。家族からは「ここがささみか！」など感動の音が聞こえました。ダッチオーブンはとても重たく、小学校の低学年だと持つのがやっとです。そのため、大人がダッチオーブンを運び、子どもが食器の準備をする役割が自然と決まり、着々と食事の準備が進みます。



料理の準備ができれば班ごとにいただきます。自分たちで作った料理は最高！「美味しい！」と鶏の骨までしゃぶりつきます。残さず食べている班がほとんどでした。



“片づけ”までがアウトドアクッキングです。大人は洗い物・子どもは洗ったものを運ぶなど家族ごとに分担をしていました。野外活動の基本で、使ったものと場所は全てきれいにします。片づけ終わった子どもたちは栗の木広場で「だるまさんが転んだ」をしました。学年の異なる子どもたちが一緒に遊びます。班の中では1人、ダッチオーブンのメンテナンス担当を決めました。メンテナンスの担当はスタッフからメンテナンスの方法を聞き、黒光りするきれいな状態に仕上げます。



ダッチオーブンの調理法の中でも“焼く・炒める・煮る”の3種類を体験していただきました。今回使った“丸ごとの鶏と皮つき野菜”はダッチオーブンだからこそできる食材の無駄が少ない調理法です。参加者からは鶏を丸ごと使用することで、命をいただいている実感がわいたとの感想をいただきました。普段は皮をむいている方も野菜は皮が付いていても気にせず食べていました。鶏も野菜も生きていて、命をいただいているという実感を各家庭に持って帰ってほしいです。文責：石川