

## 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（手洗い石けん/食器用洗剤/クレンザー）・スポンジ・ナイロンたわし ・マッチ・新聞紙・軍手・ふきん・そうきん・エプロン・三角巾 その他必要だと思われるもの
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） 巨大なべ・巨大なべぶた・巨大木べら・ボウル・ザル・やかん

## 事前準備

## ① 第2炊事場の確保

利用打合せ会で第2炊事場の確保が必要です。

## ② 食材、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・食材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。

## パエリアの作り方



〈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  
に切っておく。玉ねぎ、にんにく  
はみじん切りにする。  
下ごしらえを終えた食材は  
巨大鍋のある本部に集める。



〈炒める〉  
巨大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。



〈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。



〈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。