

17 《野外炊事》 簡単朝食（五平餅）づくり ～朝からの手軽な野外炊事～		適 期	通年
主なねらい ◎自分たちの力で作り出す喜びを味わう ◎野外体験の様々な楽しみ方を知る		所要時間	1時間～（ご飯だけ）
		対 象	小学校高学年～
準備物	学校・団体	自然の家	
	マッチ、焚きつけ用新聞紙、薪 【食堂注文】 五平餅：炊いたごはん（もち米）、たれみそ、割り箸 ※食材料は、食堂と相談して注文をお願いします。	缶かまどまたはハーフトラム、火ばさみ、革手袋、なた、食器セット、焼き網	

1 作り方

- (1) 割り箸の周りにご飯をつける。
- (2) 火をつけたかまどの上に鉄棒・焼き網をのせ、焼く表・裏)。焦げすぎないように注意して！
※ アルミホイルの上で焼くと焦げにくいです。網で直接焼く場合は、網を洗ってサラダ油などを塗って焼くと、くっつきにくいです。
- (3) 焼き上がったら、味噌だれをぬります。焼いている途中で味噌だれをぬり、火にかけるのも香ばしくておいしいですよ。

