

フルーツ白玉

場所	野外炊飯場		
時間	1時間～1時間30分		
値段	料金表参照		
季節	年間	人数	何人でも
準備物	【利用者】 別紙「野外炊飯（準備・片付け）」参照 【自然の家】 材料4人分（白玉粉・フルーツ缶2個）、薪、計量カップ ほか		

プログラムの概要・ねらい

薪を使って火を起し、とても簡単なおやつを作ってみよう。フルーツ白玉は、お湯を沸かして白玉団子を作りフルーツと一緒に盛り付けてできあがり。工程も少なく、初めての野外調理に最適なプログラムです。

①準備

別紙「野外炊飯（準備・片付け）」を参照し、事前準備をする。
 材料をサービスセンター受付で受け取る。※材料数、賞味期限を確認する。
 野外野炊場で道具の確認をする。

団体のみ：野外炊飯場の鍵（ログハウスゾーンは必要なし）

②実施の流れ

【時間】

- 0：00 プログラムシートで、作り方や留意事項の確認をする。
- 0：10 かまどに火を起し、（別紙「火付け」参照）白玉を茹でるためのお湯を沸かす。
- 0：20 白玉粉200g（1袋）に水約190ml（カップ1杯弱）を入れる。（写真①）白玉は耳たぶ位のやわらかさになるよう水を調節する。詳細は、包装袋を参照
- 0：25 白玉を一口大に丸め、沸騰したお湯の中に入れ煮る。（写真②）※中央にくぼみをつけると、むらなく茹であがる。
※大きくなりすぎないように、食べやすい大きさにする。
- 0：40 浮き上がって1～2分経ったものから順に掬い上げて、流水で冷やす。※流水にしないと水がドロドロになってしまうので注意
水気を切ったら白玉の出来上がり。
- 0：50 フルーツ缶をボールに空け、シロップ（汁）を好みの甘さに調節するため水を加える。器に白玉とフルーツを盛り付け、シロップをかけて出来上がり。
- 1：00 **※よく噛んで食べるようにする。**（写真③）片付け



注意

注意

注意

終了

※当自然の家では、食品教材のアレルギー表を用意していますので、アレルギー体質の方がいる場合は、事前に確認してください。また、アレルギー表では不明な方、不安な方がいましたら、事前に相談してください。

※十分加熱してからお召し上がりください。

※喉につまらせることがないように、食べる際はよく噛むよう指導ください。

③後片付け

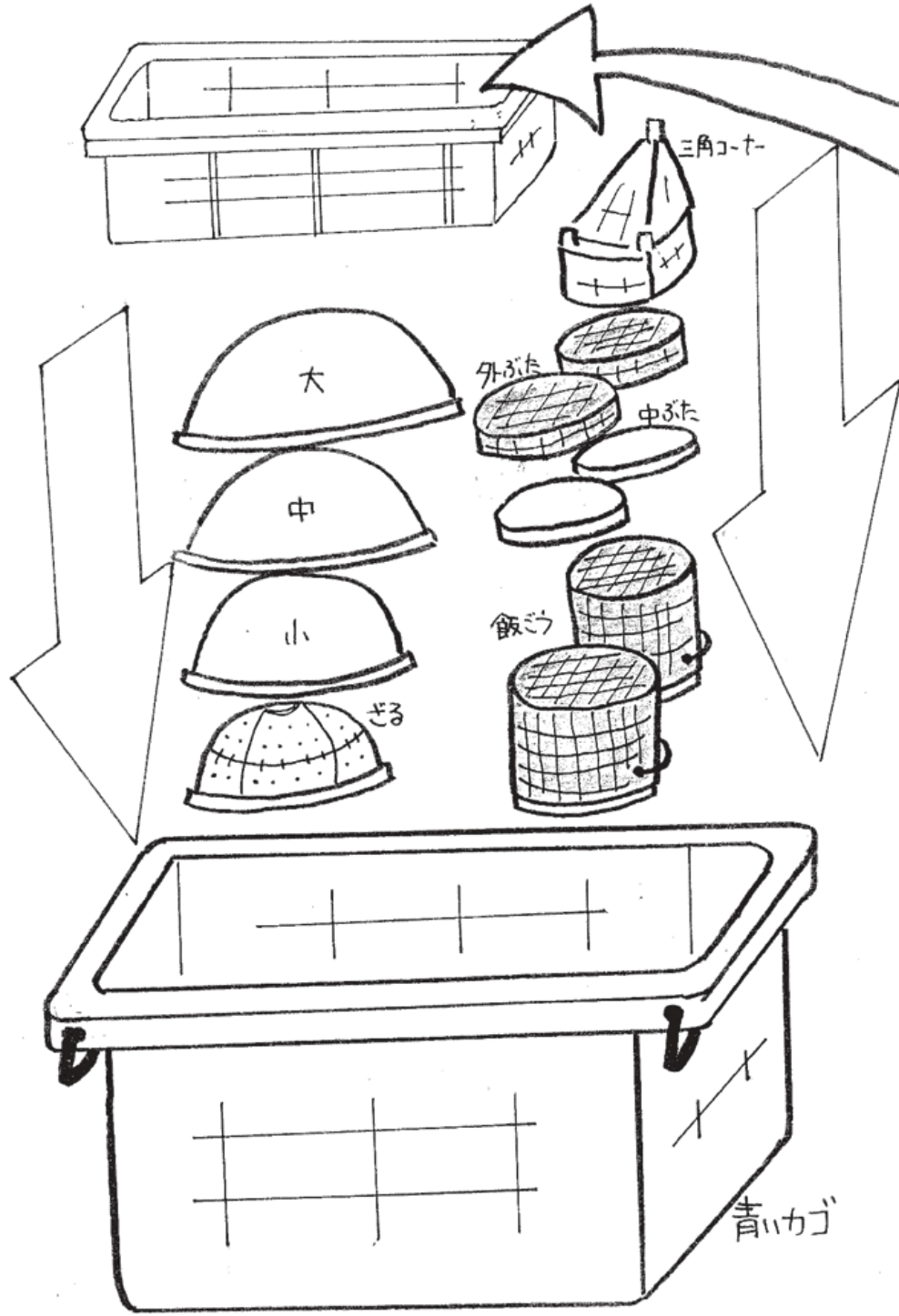
別紙「野外炊飯（準備・片付け）」を参照し、後片付けをする。







材料用のカゴをサービスセンターに返却する。

団体のみ：野外炊飯場の鍵（ログハウスゾーンの場合は必要なし）をサービスセンターに返却する。

★かまどに水を掛けて掃除するとレンガが割れてしまうので、絶対に行わない。

ちばししょうねんしぜん いえ やがいすいはんようぐ
 千葉県少年自然の家 野外炊飯用具セット



おたま		2
さいばし		2
皮むき器		2
トング		2
フライ返し		2
しゃもじ		2

ちょうりきぐ
調理器具はプラスチックのかごの中に入れてください。

ボール大	1	三角コーナー	1
ボール中	1		
ボール小	1	丸型4合飯ごう	2
ざる小	1		

ボールは水が切れるように下向きに入れてください。

飯ごうはふたは外して、水が切れるように下向きに入れてください。

次の人が気持ちよく使えるように、きれいに洗ってください。