

# あんまん作り

## プログラムの概要・ねらい

薪を使って火を起こし、蒸し器を使って野外炊事では珍しいあんまんを作ります。「蒸す」ことでふっくらしたおやつができあがります。

場所	野外炊飯場		
時間	2時間		
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 クッキングシート  【自然の家】材料8人分（ホットケーキミックス・油・あんこ）、薪、計量カップ		

## 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 作り方の説明

0:10 かまどに火を起こし、ナベに水と蒸し器を入れ、蒸すためのお湯を沸かす。（沸騰するまで時間がかかるので最初にナベを火にかける。）（写真①）  
 ※水の量は蒸し器の底に少しかかる程度。

0:30 ホットケーキミックス200g(1袋)に水約70ml、油を入れてよくこねる。  
 ※水は少量ずつ加え、耳たぶより少しやわらかくなるように調節する。（写真②）

1:00 生地を4~8等分に分け、あんこを包む。（写真③）

1:15 クッキングシートを人数分に切り、生地を乗せる。（写真④）

蒸し器に生地どうし重ならないように置き、10分~15分程度、ナベにフタをして蒸す

1:30 生地がふっくらすれば完成。（写真⑤）

片付け

2:00 終了



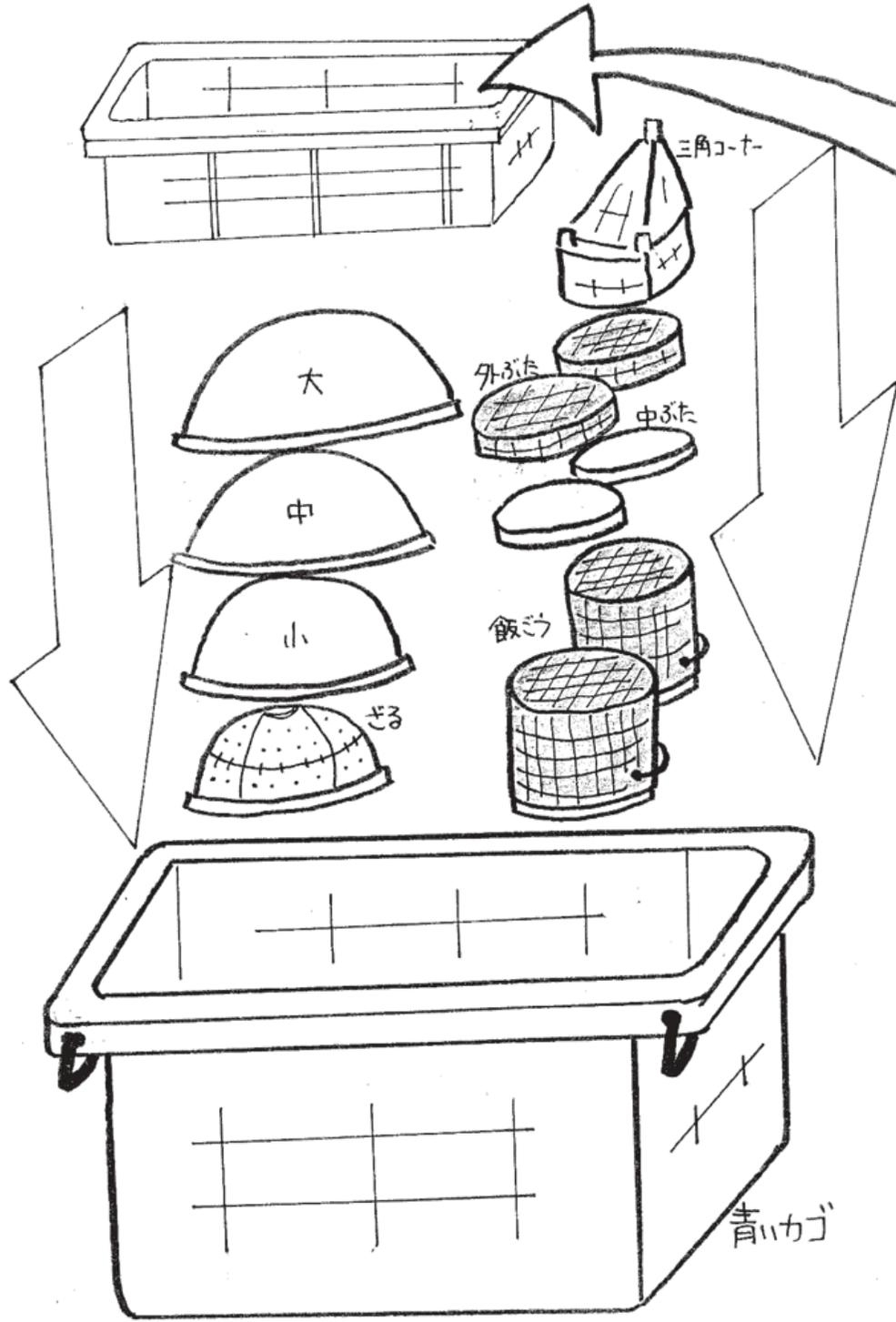
## ③後片付け

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。