

飯ごうカスタードプリン

場所	野外炊飯場		
時間	2時間～2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※飯ごう2個分（牛乳2本・卵2個・砂糖6本・バニラエッセンス1本・ホイップ1本・フルーツ缶1缶）、泡立て器、薪		

プログラムの概要・ねらい

飯ごうといえば、野外炊飯でご飯を炊く道具というイメージだが、蒸し器としても使える。お湯をはり、中蓋に、混ぜた材料を流してプリンを作ることができる。火加減によって、プリンの硬さに違いがあることに気づく。また、デコレーションを工夫することで、創造性を育むことができる。

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。
 野外炊飯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）をサービスセンター受付で受け取る。

②実施の流れ

【時間】

- 0:00 作り方の説明、調理器具を準備して洗う。
- 0:10 かまどに火を起こす。（プログラムシート「火付け」参照）
 ※網は、下から二段目に設置する。
 飯ごう2個にそれぞれ水を1/3程度入れ、外蓋をして網に置く。
 ※外蓋は、しっかり閉めず、上からかぶせるように軽く蓋をする。
 ※中蓋はしない。
- 0:25 プリンの生地を作る。
 ボウルに卵を割り、泡立て器でほぐしたら、砂糖→牛乳の順番で加えてその都度泡立て器で混ぜる。最後にバニラエッセンスを10滴程入れ、混ぜ合わせる。（写真①）
 作ったプリン液を飯ごうの中蓋2個に均等に流し入れる。（写真②）
- 0:40 飯ごうに入れた水が沸騰したら、外蓋を開けて、プリン液が入った中蓋を設置し、外蓋を軽くしめ、かまどに再度かけ約15分蒸す。
 （写真③④）
 ※火加減により蒸し時間は前後する。
 ※飯ごうを触るとき時は、ヤケドに気をつける。
 ※熱くなっている飯ごうを直接木のテーブルに置かないようにする。
- 1:10 蓋を開け、菜箸でさして生地が付かなければ完成。デコレーションして出来上がり。（写真⑤）
 ※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。
- 2:00 片付け
- 2:30 終了

①



②



③



④



⑤



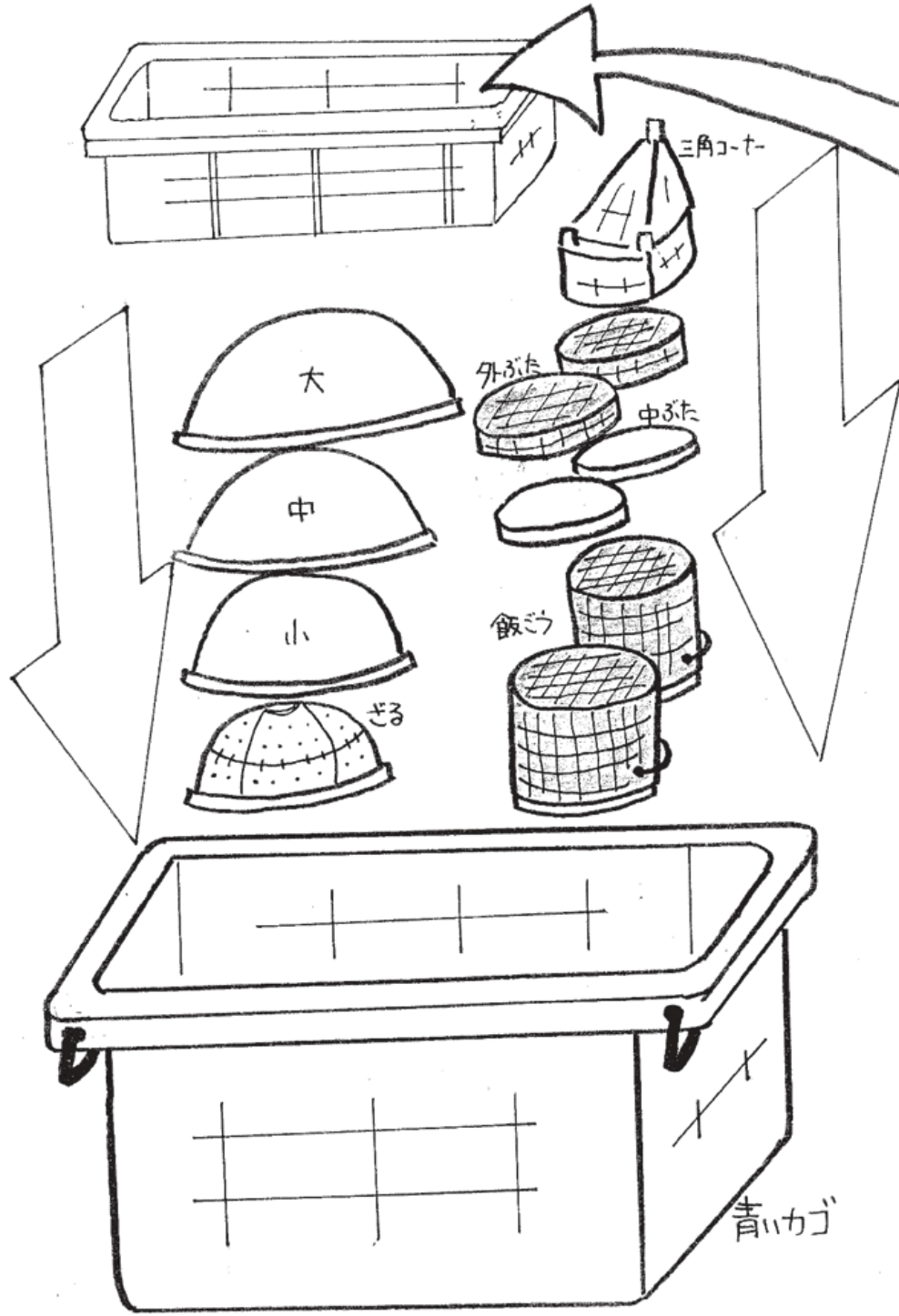
③後片付け

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。