

少年自然の家でできること

竹バームクーヘン (お手軽版)

森の中でバームクーヘン作り。竹を使って炭火を使って焼き上げます。頑張った分だけおいしいバームクーヘンが出来ますよ。

1. 準備物

自然の家にあるもの ボウル、泡だて器、おたま、包丁、まな板、バーベキューコンロ、竹、まき、炭

準備していただくもの 軍手、アルミホイル、食材、新聞紙、マッチ、食器用洗剤、スポンジ、割り箸（片付け用、バーベキューコンロについた焦げを落とす。）、ふきん、お皿、たわし、

(参考) 材料 (6人分)

ホットケーキミックス 300g、卵 2個、牛乳 200cc

2. 場所と時間

自然の家“野外炊事場” 2～2.5時間

3. 費用

野外炊事用具一式（バーベキューコンロ含む）520円（市外1,040円）※宿泊団体は無料
炭 1人30円

※食材を少年自然の家でご用意することもできます。（1人400円）

4. 指導について

自主活動ですので職員の指導は行いません。

5. 方法・進め方

① 火の準備をする。炭火をしっかりおこしておく。

★炭火をおこすのは多少時間がかかるので、火おこしを生地作りと並行で行う。

1. かまどで薪に火をつける。
2. 炭を入れて、炭に火をつける。
3. 火のついた炭をバーベキューコンロに移す。（やけどに注意！！）

② 生地を作る。

材料をすべてボウルに入れて、泡だて器でよく混ぜる。

③ 生地を焼く。

1. 竹にアルミホイルを巻いて、ボウルの上ののせる。アルミホイルはなるべく長く（節にかかるくらい）厚めに巻いて下さい。生地をまんべんなくかけ、余分な生地は落としておく。生地をまんべんなくかけ、余分な生地は落としておく。
2. バーベキューコンロにのせ、炭の上で回しながら焼く。
3. はじめはなるべく早く回転させながら焼き、生地がたれなくなったら、ゆっくりと回して焼き目をまんべんなくつける。
4. 焼き目がついたら、また生地をつけて、焼く。
5. これを繰り返す、生地がなくなるまで焼いたら完成。

④ 竹から取り外す。

アルミホイルごと生地を回しながら竹から引き抜いて下さい。

※竹は今後も使用するの、燃やさないで下さい。

