

## 3 カレー

### 1 注意事項

○別紙「野外炊事場の利用について」の資料で野外炊事の流れ、準備物、野外炊事場の使用方法などを確認してから実施してください。

○活動前に、水道・消火器・消火栓のいずれかの場所を確認してください。

○道具をお持ち込みの場合、鍋の持ち手等プラスチックの部分は溶ける可能性がありますので推奨いたしません。

3目安時間（片付けを含む） 3時間～

4雨天時 可

5 場所 野外炊事場 ABCD

### 6 準備物

○自然の家にあるもの 野外炊事セット

○準備していただくもの 軍手、食器、アルミホイル、洗剤、  
クリームクレンザー（コーティング用、洗い物用）スポンジ、ふきん、たわし、  
火をつけるもの、食材（自然の家で事前注文もできます）



食堂注文の食材例

7 活動の流れ ※詳しくは別紙活動マニュアルをご確認ください。

- ① 食材を切る。
- ② 鍋にクリームクレンザーでコーティングし、持ち手にアルミホイルを巻く。
- ③ 火を起こし、鍋を火にかけ温める。
- ④ 全ての具材をお鍋に入れ、具材がかくれるぐらいまで水を入れて煮込む。
- ⑤ 一度沸騰させ、食材に火が通っているか確認し、ルウを入れたら完成。

### 8 片付け

- ①使用した場所を清掃する。
- ②職員による点検を受ける（使用した場所、道具）。
- ③道具を片付ける。

### 9 イメージ写真

