

はじめてのファミリーアウトドア講座～クッキング編～ 第3回「まるごと?!かぼちゃグラタン」事業報告

1 日 時 令和4年12月4日(日)

2 趣 旨 県内の青少年(高校生以下)とその家族を対象に、自然環境の中、家族で調理することを通じて、家族の絆を深め、調理する喜びや楽しさを味わう機会を提供することにより、体験活動の普及・啓発を図る。

3 対 象 県内の青少年(高校生以下)とその家族

4 研修内容

9:10 9:30 10:00 13:30 14:00 14:30

受付	はじめの つどい 活動説明	かぼちゃグラタンとアヒージョづくり	片付け	解散
----	---------------------	-------------------	-----	----

5 当日の様子

今回は、ダッチオーブンで「かぼちゃグラタン」と、スキレットで「アヒージョ」を作りました。

かぼちゃグラタンは、最初にかぼちゃの種をとって中身をくり抜きます。参加者のみなさんは丁寧な作業でキレイに中身をくり抜いていました。



開講式で日程の説明をした後、家族で役割分担しながら食材を切り分けました。

下準備の後、かぼちゃを落とさないようにあじさい炊飯場に移動します。今度は、火おこし体験です。最初は、どの家族も麻ひもに着火できず苦戦していましたが、徐々に成功する家族が増え、満足そうなたくさんの笑顔が見られました。

その後、いよいよ実際にかまどでファイヤースターターを使って火おこしをします。



家族みんなで薪割をしました。また、薪を組んでからファイヤースターターで火おこしをしました。

火にしっかりと勢いがついてきたらダッチオーブンをかまどに乗せます。30分間フタを開けずにじっくりと加熱します。チーズを乗せるとあと7~10分程度で完成です。同時にアヒージョも作りました。



ダッチオーブんに上火を作ります。途中でチーズを乗せて完成まであと一息です。

ダッチオーブンやスキレットはとても熱いので火傷に注意して、フタを開けます。できあがった料理に歓声があがっていました。



かぼちゃグラタンのかぼちゃは、スプーンで簡単にくずせるほど柔らかかったです。

○参加者の声

- ・野菜を切ったり、火おこしをしたり、楽しそうに体験し、よい勉強になりました。また、季節にあう食材で野外調理をしたいです。
- ・普段、体験できないような事ができ、子ども達に素敵な経験をさせてあげることができました。
- ・火おこしが一番楽しかった。親もとても楽しい時間を過ごすことが出来ました。ありがとうございました。

○全体をとおして

ダッチオーブンやスキレットを使って調理を試してみたいけれども機会がなかったので良かったという声が聞かれました。今回は、かぼちゃが食材なので小さなお子様は喜ばないことも想定していましたが、いざ料理が完成すると達成感と食事のおいしさに歓声があがって、みなさん喜ばれていました。

「また来たいです」という声がとても多く、たくさんの方が体験活動の良さを感じていただけたのではないかと思います。

これをきっかけにして、家族での野外調理やキャンプだけでなく、様々な体験活動に積極的に取り組んでいただけたら嬉しいです。