


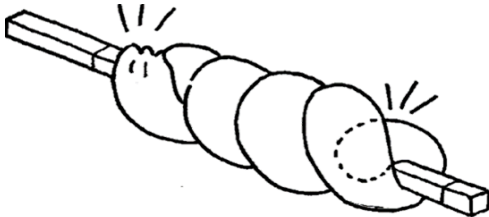
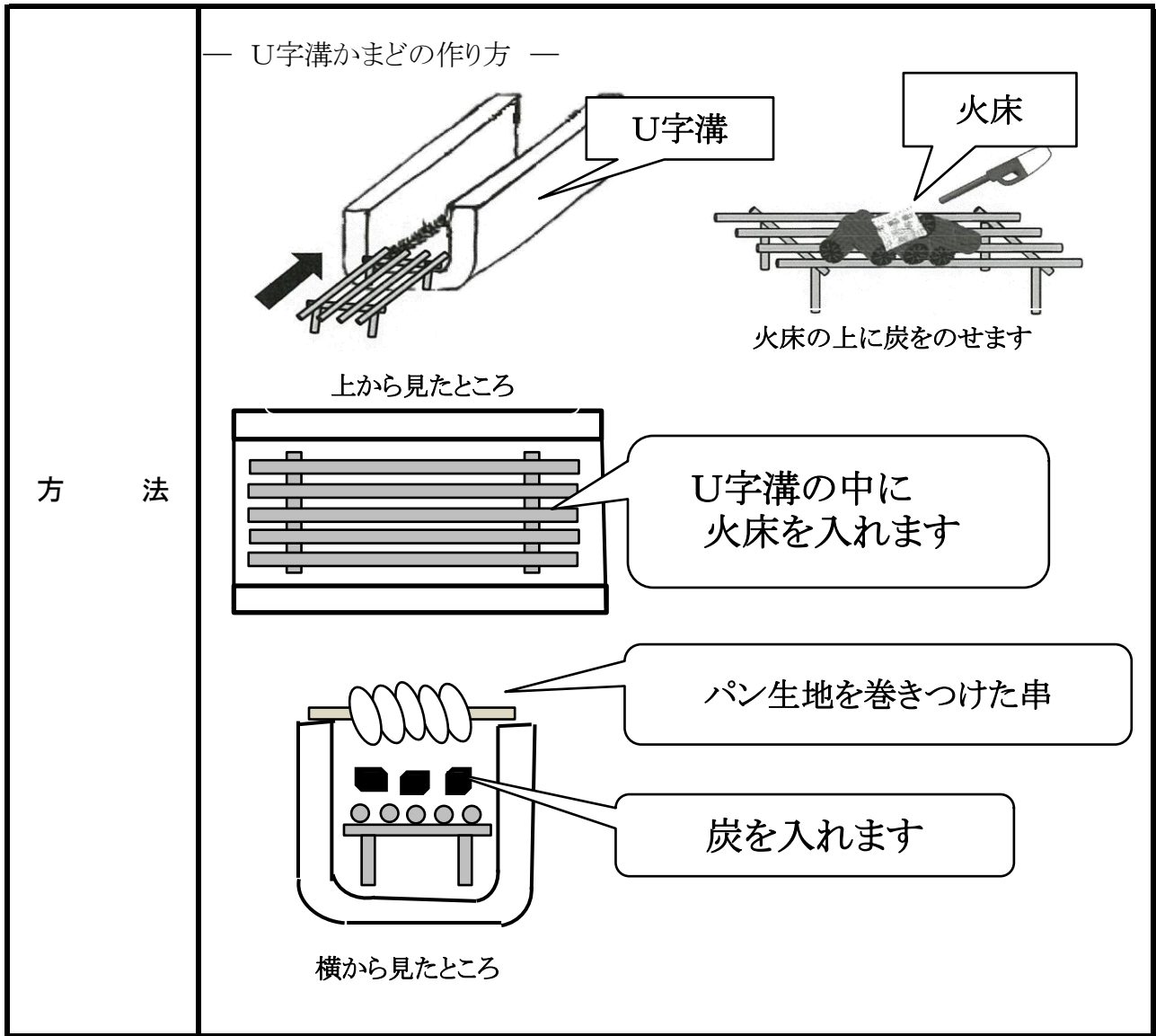


活動名	パンづくり		
概要	<p>強力粉やドライイーストなどを使いパンの生地を作ります。発酵した生地を細くのばし、木の串に巻きつけます。U字溝を使って、炭火でパンを焼きます。中にソーセージを入れたりしておいしいオリジナルパンを作ろう！</p>		
所要時間	3時間	実施人数	200名まで
実施場所	炊飯場		
準備物	自然の家の貸出物品		個人・団体の準備物
	<input type="checkbox"/> ボウル <input type="checkbox"/> 計量カップ <input type="checkbox"/> U字溝	<input type="checkbox"/> 串 <input type="checkbox"/> 火床(鉄筋製)	<input type="checkbox"/> アルミホイル <input type="checkbox"/> ラップ <input type="checkbox"/> 野外炊飯に必要なもの (ガイドブック 参照)
手順	<ol style="list-style-type: none"> ①食材を注文する。(プログラム担当者にご相談ください) ②事務室で食材を受取り、炊飯場に運ぶ。 ③炊飯場倉庫で用具を受取り、U字溝かまどを作る。 ④パン作りを始める。 ⑤終了後、用具等の片付けと清掃をする。 		
留意点	<ol style="list-style-type: none"> ①レシピの分量をよく確認し、牛乳の入れすぎなどに注意する。 ②U字溝かまどは、利用団体で設置して、終わったら元の場所に片付ける。 		
方法	<ol style="list-style-type: none"> ①強力粉、ドライイースト、砂糖、塩をボウルに入れ、混ぜます。 ②次に、とき卵、マーガリン、牛乳を入れてこねます。 ※牛乳は、少しずつ入れてください。 ③ボウルの中でひたすらこねます。 ※約20分。生地が滑らかになるまでこねます。 ④ボウルにラップをかぶせ、生地を発酵させます。(約20分) ※炭の準備をします。 ⑤串にアルミホイルを巻きます。 ※串は再利用します。捨てないでね。 ⑥パン生地を適当な大きさにちぎって細く伸ばし、串に巻きつけます。 ※巻きはじめと終わりは、落ちないようにしっかりつぶしてつけます。 ⑦炎が直接当たらないようにして、かまどに串をのせてください。 ※炎が当たるとパンが真っ黒にこげてしまいます。 		 



【 作 品 例 】



【 ひ と 工 夫 】

焼く前に生地の上に卵黄を塗ると、きれいなパンができます。

— 材料の例(10人分) —

〈パン〉

- ・強力粉 1kg
- ・塩 10g
- ・砂糖 70g
- ・ドライイースト 22g
- ・卵 2個
- ・牛乳 500cc
- ・マーガリン 200g
- ・ウインナー 10本

串を抜いたところに、ソーセージを入れたりして、オリジナルパンをつくろう！

