

# 野外調理（手作りピザ）

## 1 活動のねらい

コミュニケーション能力	自分のことは自分でする	何事も最後までやり遂げる	リーダー性	自己をふり返り、集団を見つめ直す	自然に親しみ、環境について考える
◎	◎	○		○	

## 2 概要



体育館前に設置しているピザ釜場を利用して、薪割り、火おこし、調理（生地づくり・トッピング・焼き）、後片づけまでを体験します。

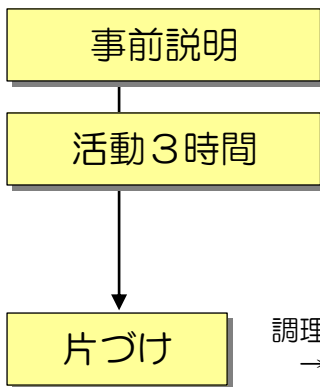


トッピング例

## 3 対象・活動形態

小学校中学年～成人  
4名～6名のグループで約50名

## 4 活動の流れ



食材の受け取り（食堂）  
野外調理の手順説明  
安全指導

調理器具・食器の受け取り  
及び数の確認  
各役割担当に分かれて活動  
・器具・食器・食材洗い  
・薪割り～火おこし  
・食材調理

調理器具・食器を洗う  
→水をきれいに拭き取る  
器具・食器の数や拭き取り具合を  
点検し、返却する  
燃えるゴミ・生ゴミを分ける  
かまどの灰の処理  
流し台の清掃（特に排水口）  
ピザ釜場全体の清掃



★事前に団体で班編制を行って下さい。  
(例：6人班〇組)

### 【ピザ調理手順例】 ～生地作り(6人分)～

- ①ボールに薄力粉・強力粉・塩を加える
- ②粉中央に窪みをつくり、ドライイーストと砂糖を入れ、そこにお湯（100cc約40度）を加え、軽く混ぜてなじませる
- ③200ccのお湯を数回に分けて入れ、かき混ぜ、生地がまとまってきたら、オリーブオイル20ccを数回に分けて入れ、よく混ぜる  
(※全体がムラなくなめらかになるまで20分くらいこねる)
- ④丸くした生地をボールに入れ、生地やボールの周りにオリーブオイルを10ccかける（乾燥を防ぐ効果）
- ⑤ラップをして、温かいところで発酵させる  
(※2倍ほどに膨らむので、時々生地を押しして空気をぬく)  
(※気温が低い時はお湯をはった発泡スチロールの中に入れる)

### ～トッピング&焼き～

- ①トッピングの具材を薄く切る  
(ツナ缶の油・コーン缶の水分をとり除く)
- ②生地を取り分けて丸くする
- ③強力粉を台と棒にふりかけ、生地がくっつかないようにして、丸くのばす（アルミホイルの上にもせる）
- ④ピザソースをぬり、切った具材をトッピングしてピザ釜へ入れる
- ⑤チーズか溶けて、こんがりとし生地が焼けたら、出来上がり

## 5 準備物

『青年の家』 調理器具（ピザ器具含む）、食器、ナタ、鉄板

『団体』 軍手、中性洗剤、布巾、雑巾、スポンジ、たわし、チャッカマン、ゴミ袋、アルミホイル、ラップ、

新聞紙、薪（食堂で注文可能）、食材（食堂で注文可能）、牛乳パック 等

## 6 野外調理前にやっておくこと（役割分担例）

係名	役割
①「かまど・薪」係	薪割り、火おこし、火の番、かまどの清掃、全体の清掃
※ ポイント… 生地を上下から焼くため、2枚の鉄板を使用し、上部鉄板の上にも薪をのせる	
②「食材調理」係	器具・食器・食材洗い、調理、流し台の清掃
※ 注意 … 生地を丸くのばす際、できるだけ薄くのばす（火の通りを十分にすると早く焼ける）	