


## 【炊飯活動】

活動名						ピザ（ダッチオーブン）							
概要		○炭をおこしてダッチオーブンでピザをつくる。											
ねらい		○炭火おこしやダッチオーブンを使った料理の基本的な知識を身につける。 ○班で仕事の分担を決め、安全に注意し、協力して作業を進める。											
関連教科等		家庭・理科・社会・総合											
指導形態		①自主活動で実施、②職員は活動の説明のみ行う、③職員が指導を行う											
時期		通年		時間帯		昼・夕		対象		高学年～			
場所		第1炊飯場 第2炊飯場		人数		5・6人程度（1班当たり） 班編成8班以内 ※各班に引率者(大人1人)必須		所要時間		3・5～4時間			
準備物		施設で準備できるもの				団体・個人で準備するもの							
		食材一式、ピザ用具一式、炭、割木 クッキングシート、搬用リヤカー等				軍手、タオル							
進め方・展開例													
内容						留意点							
活動前		○事務室で打ち合わせを行う。 ・ねらいの確認 ・班の数、役割分担、活動の進め方 ・食材、ランプの灯の運搬について				○職員の指導が活動の説明のみの場合は、説明後の進め方、片づけ方を確認する。							
活動の説明		○各班で仕事の分担を決める。 （火おこし係・食材係） ○食材の搬入。（リヤカー使用） ○会場、用具の準備。				○食材を運ぶ人数は各班1～2人。 ○焼き付けは周辺の枯れ葉、枯れ枝でも可。 ○各係同時展開とする。 ○包丁は指導者が配布し、回収する。							
展開		○火おこし係 ・焚き火台の中で割木に火をつけ、炭をおこす。 ・ダッチオーブンを置いたら十分温める。 ・机、椅子をセットする。  ○食材係 ・パン生地を作り、生地を焼く。 ・ピザにのせる具材を切る。  ○片づけ ・食器などは洗う。 ・残飯はポリバケツに入れて食堂に返す。 ・ダッチオーブンと焚き火台の手入れ。 ・用具を元の位置に返す。 ・用具をもとの位置に返す。				○やけどに注意させる。 ○必ず指導者がつく。 ○割木のめやす。（1班につき1束） ○野外で食べる場合、外への機の移動も可。  ○包丁の取り扱いには十分に注意させる。 ○包丁は数を確認する。 （必要なくなった時点で早めがよい）  ○ダッチオーブンは洗剤を使わずに水洗いをしきれいに洗う。最後に炭火で乾かして油を全体に塗っておく。							
まとめ		○活動を振り返りながら、楽しく食事をする。 ○気づいたことや難しかったところ、工夫したところなどを発表し合う。											
評価		○炭火おこしやダッチオーブンを使ったピザの作り方の基本的な知識を身につけることができたか。 ○安全に注意して、班で協力して楽しく活動できたか。											
発展		○家庭の庭や自然の中で、炭火おこしやダッチオーブンを使った料理を楽しむことに挑戦させたい。											

# 【ピザの作り方】 1グループ6人分。

## 注意事項

### ダッチオーブン

#### ■大変熱くなる

やけどに注意！皮手袋を使用する。

重たく熱いので特に注意！

蓋を動かすのは大人が行う。

熱した後の持ち運びは大人が行う。

### 包丁の使い方について

#### ■包丁はバットに入れて運ぶ。

#### ■切る時は刃先に指がないよう気をつける。

### 使う食器や道具について

#### ■必ず洗ってから使う

## 【すすめかた】

- ①ピザ生地作り
- ②トッピング準備
- ③炭と鍋の準備
- ④ピザ作り&焼き
- ⑤実食
- ⑥片付け

### ●ピザ生地の材料

※直径 25 cm×6 枚

- 強力粉 700g
  - ドライイースト 12g
  - 砂糖 12g
  - 塩 6g
  - オリーブ油 20ml
  - ぬるま湯 420ml
- A
- B

### ●トッピングの材料

- ウインナー 14本
- コーン 150g
- 玉ねぎ 1個
- ピーマン 2個
- バナナ 3本

※バナナは焼かずに食べてもOK

### ●その他の材料

- ケチャップ
- とろけるチーズ 350g
- コーンスープ 6袋

### ●準備物

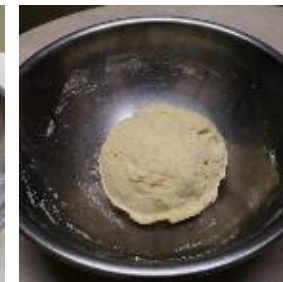
ダッチオーブン 焚き火台  
リフター 網 網運び用器具  
炭 3kg 割木 マッチ 皮手袋  
ボウル 計量カップ 包丁  
まな板 めん棒 ビニール袋  
クッキングシート スプーン



### 【①ピザ生地作り】(②と並行して準備してもOKです)

※分量は各家族で調整してください(強力粉の量を要確認!)

1. ボウルにAを入れてスプーン等でまぜる
2. その中にBを加えてスプーン等でまぜる
3. ある程度まざれば、手でこねて一つにまとめる
4. 分割する(6つに分割)
5. 分割した生地を丸めてビニール袋に入れて発酵(30分位)





## 【②トッピング準備】(①,③と並行して作業してもOKです)

- 具材をピザに乗せやすい大きさに切ったりする
- ※特に玉ねぎは厚いと生焼けになるので、薄めがおススメ



## 【③炭と鍋(ダッチオーブン)の準備】

1. たき火台に新聞と薪で火をおこし、その上に炭を全部のせる
2. ダッチオーブンの中に、上げ底用の網を入れる
3. ある程度、炭に火がついたらダッチオーブンをのせて温めておく  
(ふたの上にも炭をのせる※多めに)



## 【④ピザ作り&焼き】

1. 発酵してふくらんだピザ生地を袋から出して、全体に打ち粉をつける  
(生地をこね直すと生地がのびなくなるので、こね直さないこと)
2. 板にクッキングシートをひき、手のひらで程よい大きさにのばす  
(めん棒でのばしてもOKです)
3. ソースをぬる ※生地の端から2cmはソースをぬらない
4. トッピングをする ※生地の端から2cmはトッピングをのせない
5. チーズをのせる ※生地の端から2cmはチーズをのせない



6. シートの余分な部分をちぎり、丸網に乗せて、網を網運び用器具で、ダッチオーブンに入れて焼く ※やけどに注意!
7. ピザ生地に軽く焦げ目がついてチーズが程よくとけたら出来上がり  
(目安は3分程度)
8. まな板にクッキングシートごとピザをのせて、いただきます♪



## 【⑤実食】

- 焼けたピザから食べましょう♪
- コーンスープは、コップに粉とお湯を入れてどうぞ♪
- バナナはピザに乗せて焼いてもいいし、そのまま食べてもいいよ♪

## 【⑥片付け】

1. ボール、スプーン、めん棒、包丁などは洗剤で洗う
2. ダッチオーブンはお湯とスポンジで洗う(洗剤は使用しない)
3. 洗ったダッチオーブンを乾いた布でふいて水気をとる
4. 少しダッチオーブンをあたたためてからオリーブ油を布にしみこませて全体に塗る
4. 炭は、水の入った金バケツに入れて消火する

ダッチオーブンは、とっても熱くなるよ! やけどに注意してね!



## パン・シチュー、ピザの片づけについて

### はじめに

- \* 残飯はそのままポリバケツへ捨てる  
それ以外のゴミも全てポリバケツへ入れる



- \* 食堂から持ってきたかごやバットなどは食堂に返す
- \* 【食器類】、【ダッチオーブン】、【焚き火台】の片づけをする
- \* 終わったらテーブルの周りの掃除や、他の片づけの手伝いをする

連絡は事務室  
内線65

### ダッチオーブン・焚き火台の片づけ

- \* 必ず軍手か皮手袋をして掃除する
- \* ダッチオーブンはお湯とスポンジで洗う(洗剤は使用しない)
- \* 洗ったダッチオーブンは、乾いた布でふいて水気をとる(炭火の上に置くと早い)
- \* 少し温まったオーブんに油を布ににみこませて全体に塗る
- \* 火ばさみや十能じゅうのうを使って、焚き火台の燃え残った炭やその他の燃えカスなどは、水を入れたバケツへ
- \* 大人のチェックを受けて、片づけて終わる

