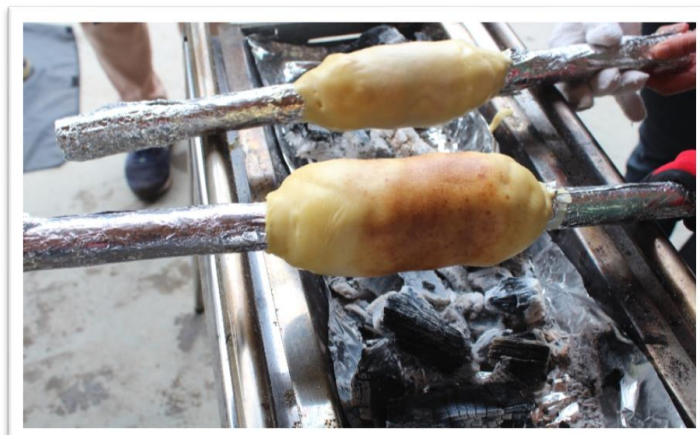


簡単バウムクーヘン（2本分）

分量



p.88

- ホットケーキミックス（400g）
- 卵（2個）
- 牛乳（360cc）



6
人分

準備時間

15
分

調理時間

60
分

予算目安

- 野外炊飯使用
1人1回20円
- 材料費実費

作り方

- 1 **【生地作り】**
ボウルに卵を入れ溶きほぐし、牛乳を入れさらに混ぜる。
- 2 1に粉を入れ、粉っぽくなるまでよく混ぜる。
- 3 アルミホイルをぐちゃぐちゃにしてから、竹棒にしっかりと巻きつける。
- 4 **【生地を焼く】**
3を炭火であぶり、予熱した竹棒の中央（15cm幅位）に2のバウムクーヘン液をボウルの上で塗る。
- 5 ボウルの上でくるくる回しながら余分な生地を落とす。
- 6 炭火の上でクルクル回しながら軽く焦げ目が付くまで焼く。
- 7 繰り返し生地が厚くなったら出来上がり。
- 8 まな板の上で竹棒からホイルごと生地を外して、食べやすい大きさに切る。



準備物

利用者

自然の家

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> □ 炭（3kg）、着火剤（1個） □ アルミホイル □ 軍手 □ 紙皿 | <ul style="list-style-type: none"> □ 竹棒（2本） □ 大ボウル・泡立て器 □ 計量カップ □ 玉じゃくし □ BBQコンロ類 □ まな板 □ 包丁 |
|--|---|



マビの視点・教育課程との関連例

- ・小学校家庭科「1食分の献立・栄養バランスの工夫」
- ・中・高家庭「小麦粉（グルテン）の性質」
- ・高家庭「調理実習」間食