

資料1 鉄板バーベキューの作り方

(1) 調理の仕方 《お肉などのいたみやすい物や飲み物は、直前まで冷蔵庫に入れて保管します。》
(希望により飯盒炊飯の代わりに、温かいご飯を提供することができます。)

①飯盒の準備をして火にかけましょう。

②食材は切れているので、鉄板でお肉と野菜を焼いてできあがりです。

※お肉は味付けがしてあります(豚ローススライス 150g×4枚/1人分)



☆ポイント☆
・飯盒のご飯ができあがるころに肉を焼き始めると一緒に食べられます。

③片付けは水に濡らす前に、具やススを新聞紙などで綺麗にこすり取り、その後に水につけて洗います。油は洗剤、ススはクレンザーで洗うとよく落ちます。汚れが落ちたらふきんで水気を拭き、所員の点検を受け最後に鉄板に油をぬってください。