

ワイルドに、おいしく!



薄くのばしたピザ生地に
フォークで穴を開ける親子
ら=4月28日、沖縄市

キラリ★イチオシ おやこ野外料理教室

ゴールデンウィークが終わってしまいましたね。みなさんは何をして過ごしましたか? 沖縄市の東南植物楽園では4月28日、「おやこ野外料理教室」が開かれました。3組の家族が参加し、心地良い日差しの中、ローストチキンとピザ作りに挑戦しました。

野外料理の先生は、日本ボーイスカウト県連盟の呉屋博丈さんです。呉屋さんの「まずはローストチキンから作りましょう」との大きな掛け声で教室が始まりました。

ローストチキンは丸ごと1羽を使って作りました。まずは、毛が刈られて内臓が取られた鶏肉のおなかに手を突っ込んで塩を塗り込みます。慣れない感触に子どもたちは驚いた様子。興味深そうに鶏肉を見つめながら、黙々と作業を進めます。おなかにニンニクをたっぷり詰めてこしょうを振りかけたら、真っ黒な鉄製のダッチオーブンに入れて火にかけました。

鶏肉を焼いている間はピザ作りです。初めに生地を作りました。手が汚れてても大丈夫なよ

うに袋の中に材料を全部入れ、もむようにして混ぜます。「耳たぶの柔らかさになるまで生地をもんでください」と呉屋さんが説明すると、「生地、どうかな?」「ほくの耳たぶの方が柔らかい!」と、親子の会話が弾んでいました。

ピザは木炭で焼きました。七輪の上に網を置き、土鍋のふたを利用してピザを焼き上げます。茶った生地はねじねじパンにアレンジ。最後まで無駄なくおいしく頂きました。

最近料理にはまっているとい

う平良蓮花さん(10)は「チキンがふわふわしていておいしい」とにっこり。母親の小百合さん(48)は「素材の味を生かした料理を、自分で作って食べるという過程が食育にもいい。普段できないような経験を親子でできてうれしい」と話しました。

これから夏本番。キャンプやバーベキューに行く際にはぜひ、親子で料理をしてみたいかがでしょうか。楽しい思い出になること間違いなしですよ。

文・仲吉輝

写真・上原修、又吉康秀

材料

強力粉.....計量カップ250グラム
ドライイースト.....3グラム
塩.....ひとつまみ
砂糖.....小さじ2
サラダ油.....大さじ3分の2
ピザソース(ケチャップでもOK).....適量
ピザ用チーズ.....適量
好みのトッピング(ハムやコーンなど).....適量
ビニール袋(5斤がおすすめ)
キッチンペーパー、サランラップ
麺棒、45度ぐらいのぬるま湯

作り方

- 1 ビニール袋に強力粉、ドライイースト、塩、砂糖を入れてかき混ぜる
- 2 ビニール袋に油を入れてかき混ぜる
- 3 ぬるま湯を少しずつ入れながら生地をもむ。耳たぶくらいの粘土状になったらOK
- 4 ぬるま湯にビニール袋を10分程度入れて発酵させる
- 5 クッキングシートに小麦粉をまぶして、生地を置き、ラップを重ねて生地をのばす(クッキングシートでもOK)
- 6 生地にフォークで穴を開ける
- 7 生地にピザソースを塗り、好みのトッピングをしてチーズをかける
- 8 先に七輪で土鍋のふたを温めておく。ふたが温まったら、ピザをクッキングシートごと網の上に置き、ふたをかぶせて3分ほど焼く



生地作り。ビニール袋に材料を入れて混ぜ混ぜ...



お父さんと一緒に生地をのばしました



土鍋のふたを利用して焼き上げます

完成! おいしそうなピザが焼けました



▼ローストチキンもこんがり焼けましたよ



最後はみんなでおいしくいただきました



▶割り箸に余った生地を巻き付けて「ねじねじパン」も作りました



ピザやローストチキンの作り方を教えてくれた呉屋博丈さん