

おまけ キャンプご飯あれこれ



定番の炭火での焼き肉  
キャンプではBBQが最も簡単。失敗もない



スキレットで焼く  
特大の極上サーロイン



ジビエ（鹿肉）のバーベキュー  
キャンプならではの料理



燻製の定番ベーコン  
当日の燻煙に合わせ一週間前から仕込む



焚き火でイワナの塩焼き  
焚き火は薪にも拘りたい（写真はブナ）



鮫肝をとかしたアンコウ鍋に  
魚介類を加えた海鮮鍋



魚介類のパエリア  
豪快にやるのもキャンプ料理の醍醐味



イワナの燻製  
酒飲みには欠かせないキャンプの一品



王道のカレーも忘れてはいけない  
キャンプの定番料理



キャンプの夕食  
肉や魚以外にも旬の食材を楽しむ



キャンプの朝食  
山より制約が少ないのでより豪勢に



0室地域開発協議会では年4回の活動  
あなたもぜひご参加を！慰労会も楽しい



おまけ ダッチオーブンを使いこなす



材質は鉄製（鑄鉄、黒皮鉄板）が主流  
ダッチオーブンは様々な使い方が出来る



炭火を乗せての上火力が最大の特徴  
鉄は重い、錆びる、手入れが面倒な一面も



蓄熱性が高く温度変化も起こりにくい  
均一に火が通るため、揚げ物系も得意



本体の鍋同様、厚みのある蓋は  
フライパンとしても使える



黒皮鉄板（中華鍋と同じプレス鉄）は  
割れにくい。鑄物に比べ手入れもラク



定番のローストチキン  
ダッチオーブンの代表料理の一つ



ローストビーフ  
蓄熱のある厚みが素材を美味しく仕上げる



名の通り空気で焼くオーブンも得意  
耐熱容器でパンやケーキやデザートも



タケノコと丸ナスのグリーンカレー  
弱火でじっくり煮込む料理が最も得意



ホンシメジの炊き込みご飯  
適度に圧もかかるので米もふっくら



お絵描きピッツァ焼き  
特性や弱点を良く理解して使いたい



きのこの芋煮鍋  
焚き火やキャンプごはんを盛り上げる鍋