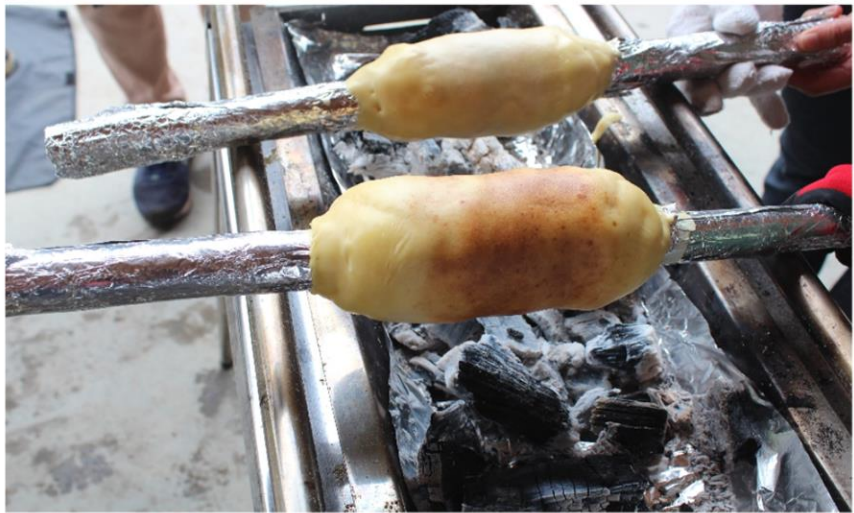


簡単バウムクーヘン（2本分）

分量



- ホットケーキミックス（400 g）
 - 卵（2個）
 - 牛乳（360cc）
- ※砂糖（グラニュー糖）を入れると甘みが増します。



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

準備物

利用者	自然の家
☐ 炭（3kg）、着火剤（1個）	☐ 竹棒（2本）
☐ アルミホイル	☐ 大ボウル・泡立て器
☐ 軍手	☐ 計量カップ
☐ 紙皿	☐ 玉じゃくし
	☐ B B Qコンロ類
	☐ まな板
	☐ 包丁



マナビの視点・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

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。

5



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。

