



丸鶏のポトフ

野外炊事で映え料理



ダッチオーブンを使った本格的な野外炊事にチャレンジしませんか？
具たくさんでお腹いっぱいになること間違いなし！！

材料4人分

<input type="checkbox"/> 丸鶏	1羽	<input type="checkbox"/> たまねぎ	300g
<input type="checkbox"/> じゃがいも	250g	<input type="checkbox"/> ブロッコリー	200g
<input type="checkbox"/> にんじん	150g	<input type="checkbox"/> ブイヨン	30g
<input type="checkbox"/> 塩	適量	<input type="checkbox"/> あらびき胡椒	適量

作り方

1. 野菜を一口大に切る。
2. ダッチオーブンの中心に丸鶏を入れ、周りに切った野菜を入れる。
3. 水とブイヨンを入れて、強火にかける。
4. 沸騰したら、一度アクを取り、中火で30分煮込む。
5. 塩で味を調べたら完成。

※記念撮影はこのタイミング！！



指導のポイント

- ・丸鶏は、とりわけしやすいように、一度バットに取り出しバラしましょう。
- ・バラした後はスープへ戻すと温かいまま食べれます。
- ・火傷防止のため、手袋、 tong、包丁を使用し、素手で触らないようにしてください。



体験



火をつかう

知識



野外炊事

カテゴリ

スープ

調理時間

60
min

人数



4人〜

費用

¥¥¥

