

飯盒でパンをつくらう！

2012.8.12

ドライイースト	5 g
強力粉	300 g
砂糖	20-30 g
塩	3 g
バター	30-40 g
ミルク	100 g

4人分（4人1組）で活動

- ① ミルクをあたためイーストを入れる→飯盒（卵／バター）
- ② ボールに粉を入れ、箸等でグルグル（10分弱）
- ③ 濡れて拭いをかぶせ、30分くらい放置

打ち粉、クッキングペーパーや溶かしバター等の用意

- ④ 発酵したパン生地を4等分し、それぞれボールに入れる
- ⑤ ③と同様にして溶かしバターを塗って15分

飯盒の底にアルミで隙間を二重につくって、クッキングペーパーを敷き、直火が当たらないようにする

- ⑥ 飯盒の上下に炭をおき、10-20分くらい

キャンプでやったら大成功！