

アウトドア体験プラン

Outdoor Plan Recipe

作成マニュアル

▼体験スケジュール



下準備

卓上コンロ

ツインバーナー

燻製メスティン

お召し上がり

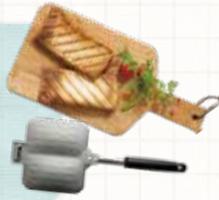
Time	下準備	卓上コンロ	ツインバーナー	燻製メスティン	お召し上がり
Start	鶏もも肉に下味をつけます	下味をつけたジャークチキンをガスコンロで調理	ホットサンド 片面1分半ずつ		
15min.	米を30分加水する		アヒージョレシピ#7を参照		ホットピザサンド
30min.	豚バラに下味をつけて揉み込む		豚バラ燻製 ①中火30分 ②火を止めて10分蒸らす		BBQジャークチキン
45min.		ココナッツカレー グリドルを使って調理		炊飯沸騰後 ①中火8分 ②10分蒸らし	鶏肉と枝豆の さやごとアヒージョ
60min.					燻製豚バラブロック
75min.				ミックスナッツ燻製 ①加熱6分 ②火を止めて10分蒸らす	ココナッツカレー
90min.					燻製ミックスナッツ
105min.	パンケーキの素を作ります	ラーメン ※麺によって時間が変わります。			
120min.	コーヒーミルで豆を挽きます	コーヒー レシピ#10を参照	パンケーキ レシピ#9を参照		チキンラーメン 又は 辛ラーメン
135min.					
150min.					パンケーキ ホットコーヒー
165min.					
Fin.					

誰でも簡単！ピザサンドレシピです。

ホットピザサンド

主要機材

- ・ホットサンドメーカー
- ・ガスコンロ



美味しくなるポイント

パンの耳までしっかりとプレスして、ロックをかけると全体がパリッと美味しく出来上がります。

人数別ポーション

2名

3名~4名

5名~6名

7名~8名

・食パン (45g)	2枚	4枚	6枚	8枚
・スライスチーズ	1枚	2枚	3枚	4枚
・ピザソース (10g)	1袋 (20g)	2袋 (40g)	3袋 (60g)	4袋 (80g)

★ホットサンドメーカー

1台で最大8名分を繰り返し作成ください。



2 トーストの上にチーズを乗せて、プラスチックスプーンでピザソースを塗ります。



1 トースト、スライスチーズを袋から取り出してください。袋からスライスチーズを取り出し、パンの上に乗せてピザソースを塗ります。



3 ホットサンドメーカーにセットして、持ち手の部分にあるロックをして閉じてください。

4 中火で1分30秒表面を焼き、裏返して1分30秒程度裏面焼いて出来上がりです。



完成です

5 そのままナイフで切り分けて完成です。カリブ風スパイスジャークチンを挟んで食べるとさらに美味しく召し上がることができます。



※画像はイメージです

ホットサンドで作る
ホットピザサンド



ジャークチキンソースを絡めクセになる味のチキンソテー

カリブ風スパイシー BBQ ジャークチキン

主要機材

・ガスコンロ

美味しくなるポイント

じっくり袋で味を馴染ませてください。中火でじっくり焼いて少し焦げ目をつけると香ばしくなります。

人数別ポーション	2名	3名	4名	5名	6名	7名	8名
・鶏もも (100g)	2袋 (小)	2袋 (大)	3袋 (小1+大2)	4袋 (小2+大2)	4袋 (大)	5袋 (小1+大4)	6袋 (小2+大4)
・ジャークペースト (10g)	20g	30g	40g	50g	60g	70g	80g
・油	6g	9g	12g	15g	18g	21g	24g



1 ジャークチキンペーストが入っているポリ袋に、鶏もも肉を入れて下さい。



2 肉の入った袋に、油を少し入れて肉とペーストを馴染ませるように揉み込んでください。



※画像はイメージです

クセになる味の
カリブ風スパイシー BBQ ジャークチキン



完成です

3 焼き網で焼き色がつくまでしっかり焼いて下さい。(大きい肉はハサミで切り、焼けているか確認して下さい。) お好みでホットピザサンドに挟んでお召し上がりください。



主要機材

- ・ガスコンロ
- ・マルチグリドル

ルーから作る手作りカレーです

ごろごろ野菜と鶏肉のココナッツカレー

美味しくなるポイント

鶏肉を皮目をカリッと焼くと香ばしくなり美味しくなります。
鶏肉の香ばしい香りと、クリーミーで濃厚なココナッツの風味がマッチした、彩り野菜もたっぷり楽しめる手作りカレーです。

人数別ポーション	2名	3名	4名	5名	6名	7名	8名
・鶏もも (50g)	1袋 (小)	1袋 (大)	2袋 (小)	2袋 (小+大)	2袋 (大)	3袋 (小2+大1)	3袋 (小1+大2)
・ごろごろ野菜 (30g)	60g	90g	120g	150g	180g	210g	240g
・イエローカレーペースト (20g)	40g	60g	80g	100g	100g	125g	125g
・ココナッツパウダー (20g)	40g	60g	80g	100g	100g	125g	125g
・水 (200ml)	400ml	600ml	800ml	1000ml	1000ml	1250ml	1250ml
・銀色のカップ	1台			2台			
・マルチグリドル				1台			



1 銀色のカップの中へ、容器に入ったカレーペーストとココナッツパウダーと水を規定の量を入れてください。



2 マルチグリドルの上にカップをのせ、ココナッツカレーをよく混ぜながら中火で火をつけてください。



3 3分経過したら、マルチグリドルの上で鶏もも肉と野菜に塩コショウを少しかけて焼いて下さい。

4 ③で焼きながら、鶏もも肉とココットに入った野菜をキッチンばさみで半分に切って、食べやすい大きさにして下さい。

5 鶏もも肉と野菜が焼けたら、ココナッツカレーの入ったカップに入れて下さい。

6 ココナッツカレーが沸騰したら完成です。



マルチグリドルで作る
ごろごろ野菜と鶏肉のココナッツカレー

完成です

7 炊き上がった雑穀米を深皿に盛り、ココナッツカレーをお好みの量をかけてお召し上がりください。

Recipe #04

調理難易度 ★★☆☆☆

30分
下準備

20分
調理目安

雑穀米の炊飯レシピです

ココナッツカレー用 雑穀米炊飯

主要機材

- ・ガスコンロ
- ・メスティン



美味しくなるポイント

お米は水に浸して炊くとでんぷんが分解されて糖ができ、粘り気が出てふっくらとしたごはんに炊きあがります。お米にしっかり浸水させると、お米の中心部分まで熱が通りやすくなり美味しく召し上がれます。

人数別ポーション	2名	3名	4名	5名	6名	7名	8名
・無洗米 (49g)	98g	147g	196g	245g	294g	343g	392g
・黒米 (1g)	2g	3g	4g	5g	6g	7g	8g
・水 (67ml)	134ml	201ml	268ml	335ml	402ml	469ml	536ml
・メスティン	2合メスティン1台			3合メスティン1台			



1 メスティンに人数分の米、黒米を入れて下さい。



2 米、黒米を 30分加水して放置して下さい。

3 メスティンの蓋を閉めて、沸騰するまで強火で火にかけます。沸騰したら中火に弱めて8分火にかけます。



4 8分経過したら火を止めて、布で包んでメスティンをひっくり返し10分蒸らして下さい。



※画像はイメージです

ココナッツカレー用雑穀米炊飯

完成です

5 炊き上がった雑穀米を深皿にご飯を取り分けて、ココナッツカレーをお好みの量をかけてお召し上がりください。

下味がつくかどうかで美味しさに差が出ます。

燻製豚バラブロック

主要機材

- ・メスティン
- ・燻製チップ
- ・ガスコンロ



美味しくなるポイント

- ①フォークで穴をたくさん開けることと強くマジックソルト & シュガー揉み込むことが大切です。(ここが弱いと肉に味が染み込まず、焼き上がりに味がしがないということになりかねません)
- ②仕上がりにさらにマジックソルト & シュガーで食べるととても美味しく召し上がれます。

人数別ポーション	2名	3名	4名	5名	6名	7名	8名
・豚バラブロック(80g)	160g	240g	320g	400g	480g	560g	640g
・特製マジックソルト & シュガー(適量) ※ハーブ入り	小さじ1 + 大さじ1	大さじ2	小さじ2 + 大さじ2	小さじ1 + 大さじ3	大さじ4	小さじ2 + 大さじ4	小さじ1 + 大さじ5
・燻製チップ	15g			30g			
★カラーメスティン	1台で400gまで対応可能です / 5名様以上の場合2台ご利用ください。						



1 豚バラブロック1人80gで計算し、必要なブロックを準備してください。

2 肉の表面にフォークで穴を前後左右に空けて、ポリ袋に入れます。次に袋の中に特製マジックソルト & シュガーを入れてください。

3 袋の上から2~3分全体的によく手で揉んでください。(肉汁で混ぜるイメージです。袋の周りに特製マジックソルト & シュガーが残っていない状態がベストです。)

4 メスティンにアルミホイルを敷いて、燻製チップを15g程度入れて、中網を上置いてください。

5 ③の豚バラブロックをメスティンの中網の上に置き、中火で25分~30分焼いてください。

6 火を消して余熱で蒸らして蓋を開けてください。



完成です

7 豚バラブロックはまな板の上でナイフで切り分けて、そのままお召し上がりください。

※味が薄い場合はお好みでマジックソルト & シュガーをご利用ください。



※画像はイメージです

メスティンと燻製チップで作る
燻製豚バラブロック

Recipe #06

調理難易度 ★★☆☆☆

5分
調理目安

簡単レシピ！お酒のおつまみにぴったりです。

燻製ミックスナッツ

主要機材

- ・燻製メスティン
- ・燻製チップ



美味しくなるポイント

燻製させたナッツでメスティンで簡単に出来上がります。お酒のおつまみに最適なコンビです。

人数別ポーション	2名	3名	4名	5名	6名	7名	8名
・ミックスナッツ (15g)	30g	45g	60g	75g	90g	105g	120g
・燻製チップ				15g			
★メスティン				1台			



1 メスティンの底にアルミホイルを引いて、燻製チップを 15g 程度入れ、中網を置いてください。

2 ナッツをアルミホイルでお皿を作るように包んで下さい。



3 ②をメスティンの中網の上に置き、メスティンの蓋をして中火で5分焼いてください



完成です

4 5分経過したら完成です。メスティンで手などを火傷しないよう蓋を開け、アルミごと取り出してお召し上がり下さい。

※画像はイメージです

メスティンと燻製チップで作る
燻製ミックスナッツ

お酒のつまみとしても楽しめるアヒージョです!

鶏肉と枝豆のさやごとアヒージョ

主要機材

- ・ スキレット
- ・ ガスコンロ



美味しくなるポイント

- ① 鶏肉はしっかりと焼くために、トングで押さえつけてよく焼きあげてください。
- ② 火を入れる前にオリーブオイルとアヒージョの素をよく混ぜ合わせてください。
- ③ 食べる前に鶏肉の中が赤くなっていないかをよく確認してください。

人数別ポーション	2名	3名	4名	5名	6名	7名	8名
・ アヒージョの素 (2.5g)	0.5袋 (5g)	0.75袋 (7.5g)	1袋 (10g)	1.25袋 (12.5g)	1.5袋 (15g)	1.75袋 (17.5g)	2袋 (20g)
・ オリーブオイル (25ml)	50ml	75ml	100ml	125ml	150ml	175ml	200ml
・ アヒージョ用鶏肉 (50g)	1袋 (小)	1袋 (大)	2袋 (小)	2袋 (小+大)	2袋 (大)	3袋 (小2+大1)	3袋 (小2+大1)
・ 枝豆 (30g)	1袋 (小)	1袋 (大)	2袋 (小)	2袋 (小+大)	2袋 (大)	3袋 (小2+大1)	3袋 (小2+大1)
・ 鷹の爪 (3g)	1本	2本	3本	3本	3本	4本	4本
・ スキレット (小)(大)	1台 (小)	1台 (大)	1台 (大)	1台 (大)	1台 (大)×2回転	1台 (大)	1台 (大)



1 スキレットの円に沿って空気が入らないようにアルミホイルを敷き詰めてください。

2 人数別ポーションを参考にお好みの量のアヒージョの素を入れて、オリーブオイルと良く混ぜ合わせ、香りが立って来たら火を少し弱めてください。

3 鶏肉を真ん中に敷き詰め表面の色が変わって来たら、枝豆、鷹の爪を入れ、6分程度焼いてください。

(鶏肉はトングで押さえつけて中まで火を入れて焼きあげてください。鷹の爪はハサミで丁度いいサイズに切り中身の種を取り出してください。)

4 鶏肉を一つ取ってハサミで切り、中まで火が通っているかを確認してください。



完成です

5 スキレットのままでも、お皿に取り分けてもご自由にお召し上がりください。

※お得情報! 鶏肉と枝豆のさやごとアヒージョレシピを見た方限定! / お代わりがお得!!

+でバケットを追加できます。

オプションメニューを **特別価格** にて提供!

① バケット1本分 ~~300円~~ ▶ **200円**



※画像はイメージです

スキレットで作る鶏肉と枝豆のさやごとアヒージョ

アウトドアの定番！メスティンで作るラーメンです！

チキンラーメン & 辛ラーメン

※チキンラーメン、又は辛ラーメンいずれか選択になります。

主要機材

- ・メスティン
- ・ガスコンロ



美味しくなるポイント

- ① お好みで豚バラブロックやアヒージョの鶏もも肉を具材として利用して食べてみてください。
- ② 残りのご飯があれば雑炊として混ぜ合わせるのもお試しください。

人数別ポーション	2名	3名~4名	5名~6名	7名~8名
・チキンラーメン (43g)	1袋 (85g)	2袋 (170g)	3袋 (255g)	4袋 (340g)
・水 (550ml)	550ml	1100ml	1650ml	2200ml
・辛ラーメン (60g)	1袋 (120g)	2袋 (240g)	3袋 (360g)	4袋 (480g)
・水 (450ml)	450ml	900ml	1350ml	1800ml
★メスティン (小)(大) ※小=カラーメスティン/大=シルバーメスティン	1台 (小)	1台 (大)	1台 (大)×2回転	



1 メスティンに人数に応じて適切な水量を入れて、中火でお湯を沸かします。

2 沸騰したお湯に麺（辛ラーメンはスープの素も入れる）を入れよくかき混ぜながら、中火で煮立ててください。

（チキンラーメンは1分、辛ラーメンは4分30秒程度煮込みます）

完成です

3 鍋用の皿に人数分を取り分けてお召し上がりください。

（お好みでメスティンに食材を混ぜたり、乗せたりしてトッピングも◎です）

お召し上がりください



※画像はイメージです

メスティンで作る
チキンラーメン



※画像はイメージです

メスティンで作る
辛ラーメン

調理工程も多く
スキレットの熱の扱いが少し難しいです。

スキレットで焼くパンケーキ

主要機材

- ・ガスコンロ
- ・スキレット
- ・セルクル



美味しくなるポイント

- ①最初は中～強火でフライパンをよく温め、濡れ布巾の上で冷まし粗熱を取ってから、弱火に変えてじっくり焼くことが美味しさの秘訣です。
- ②パンケーキは2回作る前提ですのでバターなど1回目で使い切らないようご注意ください。

3 銀の輪の内側とスキレット全体にバターを塗って下さい。

※1回目塗った後のバターは、2回目焼くときに使用するので残して下さい。

※バターは時間が経過すると外気で溶けてしまうため、作る直前にお声がけください。スタッフがお持ちします。

人数別ポーション	2名	3名	4名	5名	6名	7名	8名
・オリジナルパンケーキミックス (63.5g)	1袋小 (127g)	1袋大 (190g)	2袋小 (254g)	2袋大/小 (317g)	3袋大 (380g)	3袋大1/小2 (317g)	3袋大2/小1 (508g)
・水 (50ml)	(100ml)	(150ml)	(200ml)	(250ml)	(300ml)	(350ml)	(400ml)
・サラダ油 (適量)	大さじ1		大さじ2			大さじ3	
・バター一個ポーション (適量)	1個 (6g)		2個 (12g)			3個 (18g)	
・メイプルシロップ&マーガリン (11g)	2個	3個	4個	5個	6個	7個	8個
・スキレット大を使用	スキレット大を1個		スキレット大を2個仕様				
銀の輪 (セルクル)	1個		2個				

1 人数別ポーションを参考に、パンケーキミックスをポリ袋に入れて、水を人数分注ぎ袋を結んでよく揉んでかき混ぜてください。

2 まずスキレットを火にかけて中～強火で1分以上熱して、温まったら一度濡れ布巾の上で冷ましてください。(ジュッと音が鳴るくらいがちょうど良いです。)その後弱火で火にかけて、スキレットに油を規定の量、塗って下さい。



4 ①のポリ袋の端をハサミで切り、具材を銀の輪の中に3分の1くらいの量を渦を巻くように流し込んで下さい。その後3分程度弱火で焼いてください
※具材を流し込むのに時間がかかる場合は一度火を止めましょう。



5 表面がプツプツとしてきたらパンケーキが剥がれるかどうかチェックしてください。
※全体からプツプツしてくれば火が通ってきている証拠になります



6 剥がれたら勢いよくフライ返しで引っ張り返し2分弱火で焼いてください。
※竹串を使い、中心部まで焼けているかチェックし大丈夫なら出来上がりです。



スキレットで作る
ホットパンケーキ

※画像はイメージです

ふっくら
美味しい!

7 1人前の分量で2枚焼けますので、お好みでもう一枚②～⑦の手順を繰り返してパンケーキを作成してください。

完成です

8 マーガリンとメイプルシロップをかけ、お召し上がりください。

自分で挽く一手間が豆の味を深めます。

挽きたてコーヒー

主要機材

- ・ コーヒーミル
- ・ ケトル
- ・ フィルター
- ・ ガスコンロ



人数別ポーション

2名

3名

4名

5名

6名

7名

8名

・ コーヒー豆 (15g)	30g	45g	60g	75g	90g	105g	120g
・ スティック砂糖 / ガムシロップ (適量)	ご自由にお取りください						

美味しくなるポイント

飲むすぐ直前に豆を挽くと香りが立ち美味しく召し上がれます。1人2杯分あるのでおかわりなどご自由にご利用ください。



1 コーヒーミルに人数分の豆を入れて豆を挽きます
※人数が多い場合は2回に分けて豆を挽いてください。

2 ステンレス製ドリッパーに①で挽いたコーヒー豆の粉をセットしてください。



3 ケトルに適量のお湯を沸かしてください。



4 ドリッパーをめがけて1杯分のお湯をゆっくりと入れてください。

5 ステンレス製のコーヒーカップに人数分に取り分けてください。



※画像はイメージです

コーヒーミルで作る
挽きたてホットコーヒー

完成です

6 お好みで砂糖スティック又はガムシロップをご利用ください。氷を入れてアイスコーヒーとしてもお楽しみ下さい。

