



## 主催「食と身体づくり~野外炊飯でハンバーガーを作ってみよう♪~」

県立名護青少年の家による主催事業「食と身体づくり」が9月7日に開催されました。約20人の皆さんが参加しました。今回のメニューは、ハンバーガーとフライドポテト。普段、食べているものを、野外炊飯で作っちゃおう!!というイベントです。ハンバーガーは、パンズの生地作りから始まり、ハンバーグを捏ねて、参加者それぞれがオリジナルハンバーガーを作りあげました。

ハンバーガー作りで、最も重要な工程の一つとなる「パンズ作り」。今回は、生地を捏ねて、発酵させて、そして石窯でパンズを焼きあげました!! 実際に、石窯でパンを焼き、参加者からは、「カマドから焼いて食べたパンがとても美味しく手作りの良さを味わえました。」などの感想の声が聞こえてきました。



石窯で焼きあがったパン



家族みんなで食づくり

焼けたパンズに、ハンバーグ。フレッシュなマトにとろけるチーズ。どの順番でサンドするか、子ども達同士で話をしていました。工夫しながら、倒れないようにサンドしようと、子ども達は、真剣な表情でハンバーガー作りの仕上げに取り組みました。

出来上がったオリジナルハンバーガーをみんなでおしゃべりしながら頂きました。自然と参加者の表情も笑顔で溢れ、参加者からは、「日頃は外食でしか食べる機会のないメニューを全て手作りするという発想がおもしろい。」と、感想をいただきました。



オリジナルハンバーガーは、デリシャス!!

【担当者・我那覇専門職員より】今回は「地産地消」、「意外性」、そして「楽しくおいしく」の3つのテーマで企画しました。“ハンバーガーを野外炊飯で作ったら面白いのでは?”と突飛な考えから発案したのですが、皆さんから好評をいただけてうれしく思います。パン作りではキーポイントの発酵過程もうまいき、わきあいあいとした雰囲気良かったです。今後も、特色あるユニークな「食」に関する企画を実施していきたいと思っております。皆様のご参加をお待ちしております。