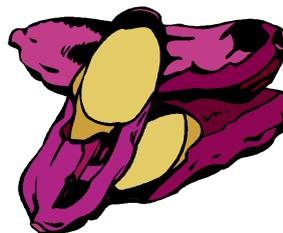


芋煮会のしおり

芋煮会



小雨でも決行、場所は
KajisanFarm 作業場

期日 平成 28 年 10 月 4 日(水)

場所 kajisanFarm

参加者 長工 OB、LMC

計画書

1. スケジュール

(1) KajisanFarm 集合…10 時頃、役割開始 10 時半（買物隊、会場整備隊、料理隊）

※カジサンファームで野菜の収穫は一部事前収穫をして置く。

(2) 野外料理・食事・・・料理 10 半～12 時 食事他 12 半～14 時 後片付け 14～15 時

(3) 帰路・・・15 時帰路

2. 芋煮会メニュー

(1) 山形芋煮会鍋・・・Kajisan ファームで作る

(2) 松茸ご飯・・・釜で松茸ご飯を作る（松茸を手配中）

(3) バーベキュー・・・山海の材料を炭火焼き（鉄板・網・炭は準備）

(4) ふかし芋・・・サツマイモ、里芋、ジャガイモ を蒸鍋で蒸かす。

(5) 茹でピーナッツ・・・掘りたてを塩茹でにする。（収穫できたら・・・です）

酒の差し入れ歓迎！

(6) 飲物・・・缶ビール 24 本、ノンアルコール 6、ウーロンチャ（2 瓶）1 本

当日の参加者数で調整する

3. 各自持参するもの

(1) お金 (2) 保険証コピー (3) 常備薬 (4) **空タッパウェア** (5) **密閉容器** (6) ビニール袋

(7) 前掛け (8) 軍手 ※皮膚の弱い人はゴム手袋を用意、街中ですので登山の服装は不要。

参加者リスト

No.	参加者	携帯電話番号	車提供	電車・バス	役割	備考・自宅連絡
1	梶山 實 (CL)	090-6654-1	◎1		総合幹事長	048-572-
2	阪西 保	090-8893-7		○		0436-74-
3	星 富夫	090-4912-2		○		048-794-
4	川村 吾一 (SL)	080-6673-1		○	幹事	0468-42-
5	勝沼 正敬	090-6509-6		○		048-761-
6	大嶋 實	090-8817-0		○		046-231-
7	今井 幸夫	090-4544-2		○		0495-33-
8	成田 修	090-7017-1		○		044-766-
9	元井 忠夫	090-2457-1		○		0424-22-
10						
11						
12						

※◎車提供、○同乗 ●電車 一部推測が入っています。変更があれば連絡下さい。

※緊急連絡 携帯番号 梶山實 090-6654-、川村吾一 080-6673-

山形・芋煮会メニュー

車運転は安全第一！、酒は厳禁！



<材料リスト> (10人分)

里芋・・・2kg ゴボウ・・・2本
牛コマ肉・・・500g 人参・・・2本
こんにゃく・・・2枚
厚揚げ・・・2枚
長ねぎ・・・8本
水・・・12カップ
しめじ&舞茸・・・適量
みそ・・・適量、 だし醤油・・・適量、日本酒・・・適量

山形の芋煮会メニューには人参・厚揚げは入っておりませんがお肉を減らしており、家庭版を追加する。

<作り方>

(下ごしらえ) 里芋は水洗いをしてから食べやすい大きさに、厚揚げは5mm幅くらい、こんにゃくは手で一口大に、ねぎは大きく斜めに、牛肉は4~5cmにそれぞれ切る

1. 水を鍋に入れ、里芋とこんにゃくを入れて煮る。(水は完成時の1/3程度とし、早煮えにする)
2. 里芋に多少固さが残るうちに牛肉を入れる
3. 日本酒、だし醤油の順に調味料を加え、最後に味噌を加えながら味を調える。(水を追加して行く)
4. しめじ(舞茸)を加え一煮立ちしたら最後にねぎを入れてできあがり。

※お好みで唐辛子をお使いください。

美味しい釜炊きご飯の作り方



カマドでご飯炊き

この写真の半分位の火加減。

材料

1. 新米コシヒカリ 9人*150g ≒ 1,500g **釜3升炊き**
2. 水 1,500g * 1.2 = 1,800cc → 1,700cc (3%減一味付け 100cc減)

炊き方

1. **洗米**・・・ボールに米を入れ、水を入れて素早く研ぐ、3回ぐらい水を入替えて糠の濁りを取る。水切りをして、洗った釜に入れる。

(コツ…素早く水を入れ、軽く混ぜて素早く水を捨てる。糠くさい水の匂いを付けない)

2. **水計量・ひたし**・・・洗米を釜に入れ、水1700ccを計量して入れる。その後、ひたし時間を30分とる。(※味付け汁を入れたらその分水を減らす)

3. **ご飯炊き** (コツ…はじめちよろちよるなかぱっぱ、赤子泣いてもふたとるな)

(1) ここからカマドに火を入れ、徐々に火力を上げる (はじめちよろちよる)

(2) マキをくべて“沸騰させる”(なかぱっぱ、赤子泣いても蓋とるな)

(3) 炊き上がりの匂い監視…炊き上がりが止まったらやや火を落とし、

釜の匂いを嗅ぐ…おこげの匂いが出たら出来上がり。火を落とす。

- 4) 蒸らし…へらで底からさっくりと混ぜる。置き火だけで10分位蒸らす。

このときも釜の匂い監視を怠らない事。

※松茸ご飯の調理は別の説明書による

材料リスト

No	材料名	使用量	予算(円)	担当	No	材料名	使用量	予算(円)	担当
(庄内芋煮)					2	魚介類	一式	1000	梶山
1	牛コマ肉	500 g	700	梶山	3	ネギ	畑	—	梶山
2	サトイモ	畑	—	梶山	4	野菜	一式	1000	梶山
3	コンニャク	2本	100	梶山	(調味料)				
4	ゴボウ	2本	100	梶山	1	味塩	1本	—	梶山
5	ニンジン	2本	100	梶山	2	だし醤油	1本	—	梶山
6	厚揚げ	2枚	100	梶山	3				
7	きのこ	1袋	200	梶山	4	お新香	1皿	200	梶山
	唐辛子味噌	1瓶	—	梶山	5	唐辛子(フリカ)	1本	—	梶山
(茹で芋他)					7				
1	ベニアズマ	6本	畑	梶山					
	ジャガイモ	10個	—	梶山		新米コシヒカリ	1.5kg	750	梶山
	サトイモ		畑	梶山		松茸	1式	2000	梶山
	ピーナッツ		畑	梶山	(飲物) 希望確認				
(バーベキュー)					1	ビール他	4パック	2400	梶山
1	お肉類	一式	6000	梶山	2	ウーロン	201ヶ	150	梶山

道具リスト

No	道具名	使用量	予算(円)	担当	No	道具名	使用量	予算(円)	担当
	(芋煮)					(容器他)			
1	芋煮鍋 (36 c m)	1ケ	—	梶山	1	紙コップ	50ケ	100	梶山
	お玉	1ケ	—	梶山	2	プラどんぶり	20ケ	100	梶山
	包丁	4丁	—	梶山	3	大紙皿、中紙皿	10ケ	100	梶山
	菜箸	4本	—	梶山	4	割り箸	50ケ	100	梶山
	まな板	2ケ	—	梶山	5	ゴミ袋	4枚	—	梶山
	茹で鍋(32cm)	1ケ	—	梶山	6	やかん2ℓ	1ケ	—	梶山
						(後片付け)			
	(蒸かし芋)				1	たわし・ふきん	2個	—	梶山
1	蒸かし器	1式	—	梶山	2	洗剤	1本	—	梶山
2	水バケツ	2ケ	—	梶山		(燃 料)			
3	金ざる	2ケ	—	梶山	1	マキ・端材	適当	—	梶山
4	ボール	1ケ	—	梶山	2	BBQ炭	5kg	600	梶山
5	お盆、野菜入れ	格2個		梶山	3	マッチ・ライター	1式	—	梶山
6	(BBQセット)	3式	—	(梶山)	4	着火剤	適量	—	梶山

※会議テーブル4、椅子10…梶山

会計実績

H30-10-05 梶山

No.	項目	数量	予算 単価	実際 金額	No.	項目	数量	予算 単価)	実際 金額
	(収入の部)				11	BBQ用 和牛カルビ [♫]	600g	600	2146
1	会費	9	2000	18000	12	BBQ用 セット	2	1000	2057
2	その他			0	13	BBQ 用魚介類	一式	3000	1395
	収入合計			18000	14	BBQ 用野菜類	一式	1000	430
	(支出の部)				15	焼肉のタレ	1 本	220	215
1	豚バラ肉	500g	120	578	16				
2	ゴボウ+ニンジン	2	100	354	17	お米	1.5kg	400	今井さん
3	味噌	1	200	198	18	容器類他	4 種	108	432
4	舞茸・しめじ	2 ケ	100	214	19	まつたけ、エリンギ			2105
5	厚揚げ	1 ケ	100	106	20	調味料・器具メンテ			1400
6	コンニャク	1 ケ	100	99	21	炭1箱	5kg	600	600
7	ビール・ノンアル	4 パック	600	4,449	22	薪・着火材	3束	200	600
8	ウーロン 2ℓ	1	150	0	23	予備費			0
9	水 (2 ℓ*6 本)	1 箱		408		支出合計			18000
10	お新香	1	200	214		(差引残高)			0

※※会計予算はラフ見込です。項目間の費用の流用あり。

