

# 芋煮会2019



## 0. 計画

- (1)期日 令和元年 10月9日(水) (2)場所 深谷・KajisanFarm (3)参加者 長工OB、LMC 他  
(4)会費 2,000円 (5)小雨決行(天井雨除け有り、但し雨具準備)

## 1. スケジュール

- (1) KajisanFarm 集合…10時頃、役割開始 10時半(料理担当、会場整備担当、他)  
※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きます。  
(2) 野外料理・食事・・・料理 10半～12時 食事 12～14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) ホタテ貝柱炊込みご飯・・・大きな釜で作ります  
(3) バーベキュー・・・山海の材料を炭火焼き(網焼き・炭は準備、卓上コンロで各自が焼く)  
(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。  
(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、酒1本、他  
(余剰分は幹事が買い取ります)

## 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。 **※汚れても良い服装と靴でお出かけ下さい。**

## 4. 参加者 10/6 現在)

No.	参加者	携帯電話番号	車提供	電車	役割	備考・自宅連絡
1	梶山 實 (CL)		◎1		総合幹事	
2	星 富夫 (SL)			●		
3	勝沼 正敬			●		
4	大嶋 實			●		
5	金井 博光			●		
6	元井 忠夫			●		
7	原 勝英			●		
8	加藤 智			●		

## 5. 会計予算…別紙(購入品は事前に梶山が準備して置きます)

## 6. 道具・備品…KajisanFarm で準備

# 山形・芋煮会メニュー



## <材料リスト> ( 10人分)

里芋・・・1.5kg                     ゴボウ・・・1本  
 牛コマ肉・・・500g                人参・・・1本  
 こんにゃく・・・大1枚  
 厚揚げ・・・1枚  
 長ねぎ・・・8本  
 水・・・12カップ  
 しめじ&舞茸・・・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・厚揚げは入ってい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。(水を追加して行う)  
 ※味付けは鍋奉行を受けた方をお願いします。
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。

## 釜炊きご飯の作り方



### 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(新米は3%減、具の水分も差し引く)

### 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回く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。炊き込み時ホタテ貝柱の具を入れる。
3. **ご飯炊き** (コツ・・・はじめちよろちよろなかぱっぱ、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(はじめちよろちよろ)
  - (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・・・ヘラ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。

カマドでご飯炊き

この写真の半分位の火加減。