

つくってたべよう！「サバイバル・メシタキ」

アルミかんをつかってごはんをたくほうほうをしり、じっさいにつくってみよう。
火をつかいますのでおうちの人といっしょにやりましょう。

- 【じゅんぶつ】 アルミかん (350mL)・・・2こ 水 アルミホイル こめ (1こ) ぎゅうにゅうパック (1L)・・・3こ
マッチライター

※おうちの人にてつだってもらいながらやりましょう。

■アルミかんをきってかまを、ぎゅうにゅうパックをきってねんりょうをつくる。

- ①アルミかんの1つはごはんをたくため、もう1つはコンロがわりにつかう。
- ②2つともかんきりなどで上ぶをきりとる。コンロがわりのアルミかんは、そくめんの上ぶと下ぶにあなを2かしょずつあける。(よこ3cm×たて1.5cmていど)
- ③ぎゅうにゅうパックは、1cmはばにきり、ねんりょうにしようする。
- ④アルミかん1こめ1ことう水を8ぶん目まで入れる。
- ⑤アルミホイルですきまなくふたをする。

■ごはんをたく。

- ①ぎゅうにゅうパックに火をつけて、アルミかんに入れる。
- ②ねんりょうをどんどん入れると、やく25ふんでたきあがる。
- ③すこしむらしてかんせい。



つくったごはんをさつえいし、
下にはりつけよう。