

# つく た 作って食べよう！「サバイバル・メシタキ」

アルミかんを使っ<sup>つか</sup>てご飯<sup>はん</sup>をたく<sup>ほうほう</sup>方法を<sup>し</sup>知り、<sup>じっ</sup>実さいに<sup>つく</sup>作ってみよう。

火<sup>ひ</sup>を使<sup>つか</sup>いますので<sup>かぞく</sup>家族と一<sup>いっ</sup>しよに<sup>いっ</sup>やりましよう。

- 【じゅん<sup>ぶつ</sup>び物】  アルミかん (350mL)・・・2こ  水<sup>みず</sup>  アルミホイル  米<sup>こめ</sup> (1合)<sup>ごう</sup>  牛<sup>ぎゅう</sup>にゅうパック (1L)・・・3こ  
 マッチライター

※<sup>かぞく</sup>家族に<sup>てつだ</sup>手伝ってもらいながら<sup>いっ</sup>やりましよう。

■アルミかんを切<sup>き</sup>ってかまを、牛<sup>ぎゅう</sup>にゅうパックを切<sup>き</sup>ってねん料<sup>りょう</sup>を作<sup>つく</sup>る。

①アルミかんの1つはご飯<sup>はん</sup>をたくため、もう1つはコンロ<sup>か</sup>代わり<sup>つか</sup>に使う。

②2つともかん切<sup>き</sup>りなど<sup>じょうぶ</sup>で上部<sup>き</sup>を切<sup>と</sup>り取る。コンロ<sup>か</sup>代わり<sup>つか</sup>のアルミかんは、側面<sup>そくめん</sup>の上部<sup>じょうぶ</sup>と下部<sup>かぶ</sup>にあなを2か所<sup>しよ</sup>ずつあける。(横<sup>よこ</sup>3cm×縦<sup>たて</sup>1.5cm程度)

③牛<sup>ぎゅう</sup>にゅうパックは、1cmはばに切<sup>き</sup>り、ねん料<sup>りょう</sup>に使用<sup>しよ</sup>する。

④アルミかん1米<sup>こめ</sup>1合<sup>ごう</sup>と水<sup>みず</sup>を8分目<sup>ぶんめ</sup>まで<sup>い</sup>入れる。

⑤アルミホイルですき間<sup>ま</sup>なくふた<sup>ま</sup>をする。

■すい飯<sup>はん</sup>を開始<sup>かいし</sup>する。

①牛<sup>ぎゅう</sup>にゅうパックに火<sup>ひ</sup>をつ<sup>い</sup>けて、アルミかん<sup>い</sup>に入れる。

②ねん料<sup>りょう</sup>を<sup>い</sup>れ<sup>い</sup>ると、約<sup>やく</sup>25分<sup>ぶん</sup>で<sup>い</sup>たきあがる。

③少<sup>すこ</sup>しむらして<sup>かんせい</sup>完成<sup>せい</sup>。



つく 作った<sup>はん</sup>ご飯<sup>はん</sup>をさつえいし、  
した 下の<sup>ない</sup>わく内<sup>ない</sup>にはり<sup>つ</sup>付けよう。