

平成 27 年度

oonosanrindayori

大野山林だより NO.4

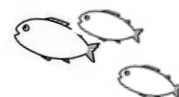


平成 27 年度 子ども博物館

いしむ
第4回講座 「石蒸し調理」

日時:平成 27 年 10 月 25 日(日)午前 9 時~午後 1 時

場所:白川浜(高野漁港の横)



★作業を始める前に石蒸し調理について事前学習★



今から約 2,900 年～1,300 年前、日本の縄文時代じょうもんじだいの終わり頃から平安時代へいあんじだいの頃、宮古は、先史時代せんしじだいの無土器期むどききという時代でした。無土器期とは文字通り、土器を使わない時代のことで、この時代にされていたのが、今回再現する石蒸し調理です。



説明をうけて砂浜へ移動しました。

★調理スタート★

①石を集める係、穴をほる係、薪を集める係、バナナの葉を拭いて食材を包む係に分かれ、作業に取り組みます。

<石を集める係>



こぶしくらいの大きさの石を集めます。だいたい20個くらい必要です。

<穴をほる係>



直径1メートル、深さ30cmほどの穴を掘ります。

<薪を集める係>



石を加熱するための薪を集めます。

<食材を包む係>



バナナの葉を拭いて食材(お肉とおイモ)を包みます。大きな葉は食材が包みやすいように、切って使います。



②穴に薪まきをくべて火をおこします。



③たき火に石を入れ、火が消えるまで20分くらい焼きます。



④火が消えたら石の上にバナナの葉をならべ、食材をその上に置きます。



⑤バナナの葉で食材をおお覆います。



⑥葉がかくれるまで砂をかぶせ、1～2時間ほど蒸し焼きむにします。



90～100℃の温度を維持します。



★蒸し上がるまで砂浜の清掃と実験★



ペットボトルと
プラスチック製のゴミを
分けて拾いました。



海をきれいに!!



ストーンボイリング実験

水の中に熱した石を何個投入したら
水は沸とうするのか実験をしました。



熱した石 25 個目で 92℃ になりました。焼き石の
数に限りがあり、これ以上入れることができませんで
したが、あと 5 個くらいの石があれば 100℃ (水のふ
つとうする温度) に達したと思います。

★食材を取り出します★



食材に傷をつけないように優しく掘り起こします。



砂がとても熱いので、食材をトングで取り出します。

ちゃんと出来てるかな～。



★多目的広場で試食★



食材が冷めてきたら、包みははずして蒸し上がったお肉やおイモを試食しました。



お肉もおイモもちゃんと焼けていてどちらも美味しかったです。

なにが1番美味しかったかな？

