



おうちでBBQ!



感染症の影響に

よる自粛で、どこかへ出かけるのもままならない現状。今回はご家族での楽しいコミュニケーションが取れて気分転換にもなり、しかも人と接触しないで済む「お庭でできるおうちでBBQ」のご提案です。大人もお子様も楽しめるこんな過ごし方はいかがでしょうか？

おうちでBBQの準備

●バーベキューコンロ

先ずコンロ。「炭式」と「ガス式」大きく2種に分かれます。炭式はじっくりと食材を焼いて楽しめる反面、炭に火が付くまでに時間がかかるというデメリットがあります。その一方でガス式のコンロは、すぐに火をつけて調理を楽しむことができますので、どちらかお好みのコンロを選びましょう。材質はスチールとステンレスがありますが、スチールは圧倒的に安価です。でも、重たいことや劣化が早いというデメリットがあります。その点、ステンレスは軽いし錆びないという点で人気。ネットでも購入できますので、自分たちのスタイルに合った物を用意しましょう。

●炭

炭は成形炭を使用しましょう。成形炭は着火しやすい、火力の調節がしやすい、燃焼時間も長い、そして何より煙が少ないという点で初心者に向いています。火の粉が飛び散らないのも助かります。

その他、炭に火を付ける着火剤、チャッカマンや金網、トング、軍手などを用意しましょう。

●テーブル・椅子

テーブルや椅子もBBQ用としていろいろな種類がありますが、まずはご家庭で用意できるもので良いと思います。ゴミ箱を逆さまにして椅子にしたり、創意工夫するのも楽しいものです。テーブルクロスを敷いたり、紙コップや紙皿で食べるのもBBQの気分が味わえます。また「タープ」という布を設置するのもオススメ。目隠しにもなるのでご近所の視線を気にせず楽しめます。

オススメメニュー

牛・豚・鶏などの肉類や、もやし、ピーマン、たまねぎ、ナス、とうもろこし、かぼちゃ、ニンジン、しいたけなどの野菜類を好きな味の「焼肉のたれ」で食べる定番メニューの他にアヒージョもおすすめ。アヒージョはオリーブオイルを小さめのフライパンに食材がかぶるくらい入れ、ニンニク1かけを投入。そこへエビ、たこ、牡蠣、ズッキーニ、マッシュルームなどを入れ、お肉を焼いている端などでじっくり弱火で火を通し、バケットなどをオイルにつけながら召し上がってください。ビールにも美味しい一品に。こんな時だからこそ家でできる楽しみを見つけてみましょう。



ご近所様
への
配慮を
忘れずに!

ご近所に一言「お声かけ」で気持ち良く。食事をしていないときにはマスク着用。大声ではしゃがない、夜は早めに終了。煙の出にくい食材選び、風下で行う。火の取り扱いには十分注意。

コンクス・STAFF

今月のつ・ぶ・や・き

我が家では数年前よりカブトムシとクワガタを飼っています。昨年はカブトムシが卵を産み、今年の初夏に孵化しました。子ども達にとっては生き物の生態系を知る良い機会だと思っています。また、この時期になると息子は主人と夜な夜なクワガタ探しに出かけ、日々数が増えています。コロナ禍でも夏ならではの風物詩を楽しみたいものです。 総務 石田 佐知子



Ameba®

スタッフブログ
更新中



コンクスLINE公式

お友達登録
お待ちしております

