

～ポテトとベーコンのチーズ焼き～

サイドメニューやおやつ代わりに丁度いいボリューム！かんたんメニューでご紹介します

【前準備 ～風に備える～】

■土台箱の中に、水入りペットボトル、石、ブロック片など、なんでもいいので重たいものを入れましょう。どんなに快晴無風でも、いつ風がふくかわかりません。この準備は必ず行いましょう。



必ずなにか入れよう！

1 【器を用意しよう ～小さいタジン鍋～】

■写真はたまたま売ってた黒っぽいタジン鍋です。黒っぽくなければ付属の黒ビニールテープを貼りましょう。また、タジン鍋は本来蒸し料理に向けた調理具ですが、底が平らで専用蓋があるので、今回のレシピには持って来いです！タジン鍋でなくても、底が平らな器なら作りやすいです。



2 【具材を入れて、味付けしましょう】

■途中で何かを加える、などができない為、最初に全ての食材を投入し味付けを済ませます。

最初に、底面に油をうす～く（ほんとは気持ちほど）ひきます。

ジャガイモ中サイズ・・・皮をむき、輪切り（5mm以下くらい）にして、底面にお花のように並べます。

ピザ用チーズ・・・・・・並べたジャガイモの上にパラパラとのせます。

具材・・・・・・玉ねぎカット、ブロッコリーカット、ツナ缶少々を混ぜ合わせ、上にのせます。

ベーコン・・・・・・細かくカットしたベーコンをのせます。

調味料・・・・・・最後に塩コショウをかる～くふります。

（これらはすべてお好みでOK！色んな味、具材で自分流焼きに仕上げよう！）



クリップをはずして角度調整



3 【セッティングと角度調整をしよう】

■防風対策として、鍋をPP素材ビニール袋に入れ、袋の開口部をクリップでとめます。

■エコソーラークッカーを太陽に向けて置きます。

■鍋を「後ウィング」から2～3cm離れた場所に仮置きします。効率UPの為、わりばしを鍋の下に引ひき、底を少し浮かせます。

■「後ウィング」のクリップをはずし、前後に動かしながら反射光が鍋のフタに一番明るくあたる角度で再びクリップで固定します。（鍋と「後ウィング」がぶつかってしまう場合は、鍋を前にずらして下さい）。

■「前ウィング」のクリップをはずして、反射光が鍋の下方～側面全体に当たるようにして、クリップで固定します。



後ウィングの光はこの辺！

前ウィングの光はこの辺！

少し底を浮かせると効率UP！

4 【楽しみに待ちましょう】

■ジャガイモの厚みは薄いほど熱の通りは早いです。太陽がしっかり照ってれば、冬なら1時間くらいが目安です。夏場はもっと短時間でもOKです。

※鍋は大変熱くなっていますので、素手では触らないようにしましょう！

※でき上がりの時間や具合は、量、器の種類、天気などによって異なります。

■さて、約1時間後（埼玉県、12月の10:30～）

ホックホックでと～ろとろのポテトとベーコンのチーズ焼き、できあがり～！！



お好みのオリジナル具材で楽しもう！

どんどんチャレンジして自分焼きをつくっちゃおう！

おすすめレシピも公開中！

詳しくはホームページへ！

http://www.bestcarton.com