

Let's enjoy アウトドア

バーベキューを 楽しもう! ~準備編②~



今回は準備編②という事で、バーベキューの食材と下準備をご紹介します!!

がっつりメニューやアレンジメニュー、子供が好きだからスイーツも…などと考えるとバーベキューの幅は広がりますよね。買い忘れがないように事前にリストなどを準備しておくといいですよ☆

定番食材

肉類

(牛肉、豚肉、鶏肉、ラム、ソーセージなど)

魚介類

(ハマグリなどの貝類、エビ、イカなど)

野菜

(玉ねぎ、ピーマン、ナス、とうもろこし、キノコ類など)

主食

(焼きおにぎり、焼きそばなど)

調味料

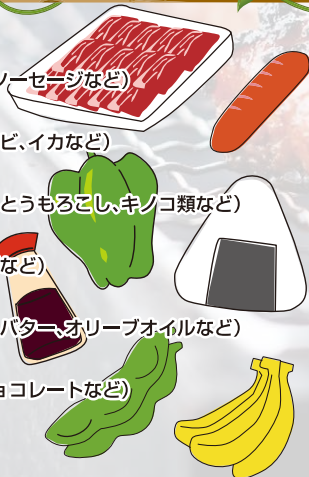
(しょうゆ、塩、コショウ、バター、オリーブオイルなど)

スイーツ類

(マシュマロ、バナナ、チョコレートなど)

つまみ

(枝豆、お菓子など)



下準備

①切れる食材は切っておく!!

野菜などは前日に切っておいても問題ないので済ませておくとなりがスムーズ。メニューに合わせてカットして、ジッパー付のビニール袋などで保存しておくといいですよ。野菜によっては濡らしたキッチンペーパーに包んでおくといいですよ。

②肉や魚介などはジッパー付のビニール袋に!!下味処理も済ませて!!

購入後にビニール袋へ移して、ついでに下味もつけてしまいましょう。漬け込み効果でおいしさがUPしますよ。購入時に付いてくる白い発砲トレーを現地で処分する手間が省けます。可能であれば冷凍出来るものは冷凍してしまいましょう。保冷剤代わりとしても役立ちます。

さあバーベキューを楽しもう!