

ジャンバラヤ作り方材料8人分（子ども6人、ボラ1人、国際交流員1人分）

<具材一覧>

お米・・・960g（120g×8人分）

鶏ひき肉・・・50グラム

玉ねぎ・・・1個/班

トマト・・・2個/班

ソーセージ・・・8本（1本×8人分）

にんにくチューブ・・・20g/班

オリーブオイル・・・1瓶/班

水(A)・・・1.5ℓ/班

塩(A)・・・5g/班

カレー粉(A)・・・10g/班

コンソメ(A)・・・20g/班

パプリカ粉(瓶)(A)・・・0.5瓶/班（2班で1つの瓶を使用）

チリペッパー(瓶)(A)・・・5ふり/班（3班で1つの瓶を使用）

ブラックペッパー(瓶)(A)・・・4ふり/班（3班で1つの瓶を使用）

<手順>

(1) (A) を混ぜてスープを作る

<スープ>

①水・・・1ℓのみ使う

②カレー粉(A)・・・10g/班

③コンソメ(A)・・・20g/班

④パプリカ粉(瓶)(A)・・・0.5瓶/班（2班で1つの瓶を使用）

⑤塩(A)・・・5g/班

⑥チリペッパー(瓶)(A)・・・5ふり/班（3班で1つの瓶を使用）

⑦ブラックペッパー(瓶)(A)・・・4ふり/班（3班で1つの瓶を使用）

(2) 玉ねぎ、トマトをサイコロ状に、ソーセージを輪切りに切る。

(3) 鉄板にオリーブオイル、にんにくチューブを入れる

(4) 鉄板に玉ねぎ、トマト、ソーセージ、鶏ひき肉、米を加えて5分ほど炒める

(5) 鉄板にスープを加えて沸騰させる

具材はスープに浸す（鉄板の溝にスープが溜まっている）

(6) スープが沸騰してきたら、さらに水0.5ℓを加えて混ぜる

(7) アルミホイルで蓋をして、中火で30分煮る

(8) 30分後、火を止めて10分間蒸らす

(9) どんぶりに盛り付けて完成