

## ※新しいダッチオーブンの扱い方とメンテナンス

「ダッチオーブン」とは、いったいどんな道具なの？

一般的な解説では、鑄鉄製の鍋で炭や薪を熱源として、上下から加熱できる特徴があり、圧力鍋効果によって煮る・焼く・蒸す何でも来いの魔法の鍋である。

ダッチオーブンには、材質・形・大きさなど数多くの種類があり、どれを選ぶか迷われる方も多いと思います。

「ダッチオーブンの種類」には、キャンプオーブン、キッチンオーブン、スキレット、スポーツマンズクッカー、コンボクッカーなどがあります。ここでは、3種類を紹介しましょう。

ここでは、キャンプオーブンと呼ばれるフタの上に炭や薪が乗せられるタイプのダッチオーブンを中心に解説していきます。

★ キャンプオーブン	焚火で使いやすいように3本の脚があり、フタの上に炭や薪を乗せても落ちないようにフランジという枠が付けた鍋。 アウトドアでの使用が前提のスタイルである。
★ キッチンオーブン	底は普通の鍋と同じフラット。 しかしフタの裏にはセルフベイスティングという仕掛けがある。 たくさんの突起が並んでいて、蒸気とともに食材の旨みがフタに付いたらポタポタとその突起を伝って食材に降りかけるという思わず唸ってしまうような仕組みである。
★ スキレット	いわゆるフライパンである。 厚みのある鑄鉄は食材を入れたときの温度低下が少ないことから、火力調整に神経を使う必要がありません。ステーキを焼いてみるとよくわかります。

### 最初にシーズニングをしよう

念願のダッチオーブンを購入したら、鑄鉄製ダッチオーブンの場合は、まずシーズニング（慣らし）と言われる作業が必要です。これは、出荷時の錆び防止ワックスを落とすことと、鍋に油を馴染ませるとともに焼きを入れて鍛えてあげることです。

#### ①ワックスを落とそう

鑄鉄製のダッチオーブンは、錆び防止のためにワックスで仕上げられています。

まず、中性洗剤でゴシゴシ洗い流す。

次に、鍋に水を張って、沸騰させアークを抜きます。

お湯を捨てて、火にかけて乾燥させます。

急激な温度変化はクラック（ひび割れ）の原因になりますから注意してください。

※既にダッチオーブンを、持っていて色ムラが気になるなあって場合も最初からシーズニングをやり直すことできれいに仕上げることができます。

## ②ガンガン焼こう

全体にオリーブオイルをキッチンペーパーか布でそつと薄く(←重要)塗り、コンロにかけて強火で焼きます。

煙が大量に出ますが、気にせず焼きます。一ヶ所に集中せず、鍋を回しながら、全体を焼くようにしましょう。

2~3回オイルを薄く塗りながら焼くと黒くなってきます。2回目以降の火加減は中火がお勧めです。

最後は煙が出なくなるまで焼ききると、ベトベトしません。

フタも鍋本体と同じようにオイルを塗って焼きます。

この状態でグレーからブラックに変身しているはずですよ。

## ③仕上げに野菜炒め

セロリ、ネギなどの香りの強い野菜を炒めて金属臭さを取り除きます。

おいしそうだからと言って食べてはいけません。(笑)

これで、シーズニングは完了。

ずいぶん手間がかかりますが、しっかりシーズニングすると、しばらくは使用後乾燥だけでも大丈夫。

さて、後は使いこんで錆に油を染み込ませて、ブラックポットを目指しよう。

※最初の料理はフライドチキンのように油を使うものがお勧めです。

## ④保管とメンテナンス

料理した後は、食材を鍋に残さないようにしましょう。

なんせ相手は鉄です。冷めると酸化がはじまり錆びの原因になります。

冷めないうちに取り出して、お湯を張っておけば良いでしょう。食材がこびり付いているときはお湯を張った鍋を加熱して、ササラや木のヘラで落とします。

間違っても洗剤は使わないようにしてください。

洗い終わったら、すぐに火にかけて乾燥させます。落ちにくい汚れは焼き切るという方法もあります。

最初の頃は乾燥させてからオイルを塗って、さらに焼きます。オイルを塗っただけにしておくとベトベトしますから、必ず焼いてください。

※保管するときはフタを閉めた状態にしないようにしましょう。

割り箸をはさんでおくといいですよ。

ささら



ドリフター



ダッチオーブン色々

