

水の量 (ごはんタイプ) : 190m l



白飯



五目ご飯



わかめご飯



きのこご飯



ひじきご飯



どうもろこしご飯



ドライカレー



野菜ピラフ

水の量 (おこわタイプ) : 160m l



山菜おこわ

水の量 (おかゆタイプ) : 240m l



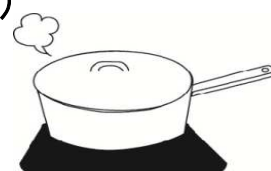
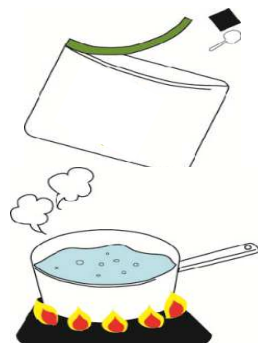
白がゆ



梅がゆ

【調理方法】

1. 安心米の袋を開け、スプーンと脱酸素剤を取り出します。
調味粉末がある商品は、調味粉末も取り出します。
2. 鍋に水を入れて蓋をし、強火で沸騰させます。
(野菜ピラフ、ドライカレーを調理する場合には、調味粉末を加えてまぜます。)
3. 袋の中身を鍋に入れ、すぐにひとまぜします。
4. 再沸騰したら軽くまぜて火を止めます。
蓋をして15分蒸らして、できあがりです。
(梅がゆは梅ふりかけ、白がゆはお好みにより食塩を入れます。)



【注意事項】

やけどにご注意ください。



水の量 (ごはんタイプ) : 200ml



白飯



五目ご飯



わかめご飯



きのこご飯



ひじきご飯



とうもろこしご飯



ドライカレー



野菜ピラフ

水の量 (おこわタイプ) : 140ml



山菜おこわ

※加水量は袋に記載されている量に蒸発分を加えて、少し多めに設定しています。

【準備】炊飯器の設定

- ・白米を早く炊く時の設定 [早炊き][白米急速] [快速][高速]などにしてください。機種により、メニューやコースボタンを数回押すと選べます。
- ・土鍋IHタイプの炊飯器をご使用の場合は[おこわモード]に設定してください。

【調理方法】

1. 安心米の袋を開け、脱酸素剤とスプーンを取り出します。調味粉末がある商品は、調味粉末も取り出します。
2. 炊飯器に水を入れます。調味粉末がある場合は、先に水を加えよく混ぜます。
3. 袋の中身を内釜に入れ、すぐにひとまぜします。
4. すぐに炊飯器のスイッチを入れます。つけ置きはしないでください。

【複数袋炊飯時の目安の加水量】

	1袋	2袋	3袋	4袋	5袋
ご飯	200ml	370ml	540ml	700ml	860ml
おこわ	140ml	270ml	400ml	520ml	630ml

※「白がゆ」「梅がゆ」の炊飯方法についてはお客様相談室にご相談ください。
 ※炊飯器によって蒸発量が異なるため、必要に応じて加水量をご調整ください。
 お客様相談室 (通話無料) 0120-53-2518 受付時間:9:00~17:00 (土・日・祝日、休業日を除く)