

# 鍋・炊飯器での作り方

安心米個食タイプ

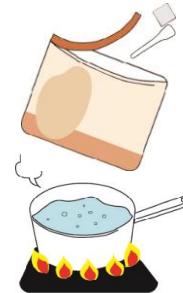
【対象】

- ・ごはんタイプ: おこわタイプ・おかゆタイプ以外のすべて
- ・おこわタイプ: 山菜おこわ・舞茸と根菜のおこわ(玄米入り)
- ・おかゆタイプ: 白がゆ・梅がゆ

## 鍋での作り方

### 【調理方法】

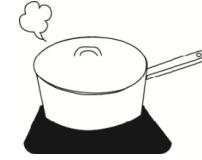
1、安心米の袋を開け、脱酸素剤とスプーンを取り出す。  
(調味粉末がある商品は、調味粉末も取り出す。)



2、鍋に水を入れて蓋をし、強火で沸騰させる。  
(野菜ピラフ、ドライカレーは、調味粉末を加えて溶く。)



3、袋の中身を鍋に入れ、すぐにひとませする。



4、[ごはんタイプ・おこわタイプの場合]  
再沸騰したら軽くまぜて火を止める。  
蓋をして15分蒸らして、できあがり。

ごはんタイプ  
水の量: 190ml

おこわタイプ  
水の量: 160ml

おかゆタイプ  
水の量: 360ml

### [おかゆタイプの場合]

再沸騰したら弱火にし、時々混ぜながら5分加熱する。  
火を止めた後、蓋をして10分蒸らして、できあがり。  
※梅がゆは梅調味粉末、白がゆは好みにより食塩を入れる。

【注意事項】  
やけどにご注意ください。

## 炊飯器での作り方



### 【準備】 炊飯器の設定

- ・白米を早く炊く時の設定 [早炊き] [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す。  
(調味粉末がある商品は、調味粉末も取り出す。)
2. 炊飯器に水を入れる。  
(野菜ピラフ、ドライカレーは、調味粉末を加えよく溶く。)
3. 袋の中身を内釜に入れ、すぐにひとませする。
4. すぐに炊飯器のスイッチを入れる。つけ置きはしない。

ごはんタイプ  
水の量: 200ml

おこわタイプ  
水の量: 140ml

おかゆタイプ  
鍋での作り方を  
おすすめしております

### 【複数袋炊飯時の加水量】

	2袋	3袋	4袋	5袋
ごはんタイプ	370ml	540ml	700ml	860ml
おこわタイプ	270ml	400ml	520ml	630ml

※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。