

お米のふし



◎材料（2人分）

- キヌヒカリ……1.5合

計量カップの場合(すりきり1杯と半分)



- 水…300mL

手順1 (炊くまで)

①お米1.5合をはかる。



②はかったお米を、
炊飯器の容器に入れる。

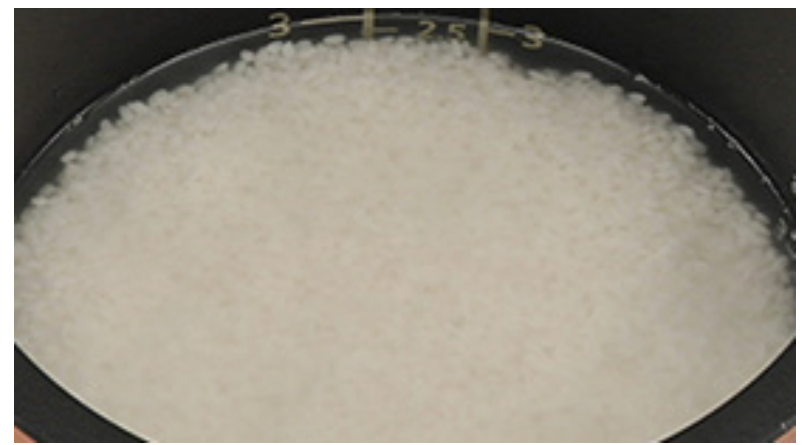


手順2 (手早く洗う)

- ①米を、水の中でゆっくりかき回し、すぐに水をきる。
- ②水をきった後、ソフトボールを握った手の状態で10～20回かき回す。
- ③最後にもう1度すすぎ、ザルで水をきる。



手順3 (浸す)



①炊飯器の容器に米を移し、
メモリまで水を加える。(300mL)

②米を浸す。

※浸す時間

15分



手順4（炊く）

- ①炊飯器にお米をセットする。
- ②スイッチを押して炊く。



手順5（まぜる）

- ①炊き上がったら、すぐにまぜる。

※ご飯をつぶさないように、
ゆっくりとしゃもじでまぜる。