

# ガス火でふっくら!! 美味しいご飯を食べよう



## 材料 (3合分)

- ・米・・・3合 (計量カップ3杯)
- ・水・・・600ml

## 手順 (白米)

1. 米を計量カップすり切り3杯ボウルに入れる。
2. 洗米後、水切りをして土鍋に米と水600ml入れたら蓋をして20分浸け置きします。
3. 15～17分弱火で加熱し沸騰して蒸気が上がって来たら火加減 (更に弱火) して蒸気が上がらなくなったら火を止めて10分間蒸らす。  
※おこげは更に弱火で1分～2分位加熱すると出来ます。
4. 蒸らしが終わったら、蓋を取りしゃもじを土鍋の内側から混ぜて軽くほぐします。

※炊き込みご飯は市販の炊き込みご飯の素を使用しています。

