



圧力鍋での炊き方

※炊飯器や土鍋などでも炊くことができます。

※基本的なご使用方法は、圧力鍋の取扱説明書に従ってください。

●2箱または、3箱一緒に炊飯することもできます。



1 圧力鍋に正しい水量を入れます。(下の表をご参照ください)

◎1箱・2箱分を炊くときの水量目安(ml) ※お水の量は好みにより加減ください。

商品名	1箱(袋)	2箱(袋)	商品名	1箱(袋)	2箱(袋)	商品名	1箱(袋)	2箱(袋)
まごころお赤飯	270	600	ハーブ鶏とトマトのピラフ	240	480	出西生姜のご飯	230	460
丹波大納言小豆の赤飯	230	460	海鮮ピラフ	270	540	宍道湖産しじみご飯	230	460
山菜おこわ	160	320	中華風角煮おこわ	170	340	栗赤飯	220	440
五目おこわ	200	400	紀州産梅とじゃこのご飯	270	540	松茸ご飯	200	400
鯛めし	200	400	安来産筍のご飯	240	480	信州ごぼうのおこわ	190	380

2 「小豆」または「具材」を入れた後、「お米」を入れて、すぐにかき混ぜてください。

アルファ化米の袋から、脱酸素剤を取り出すのを忘れないでください。

●梅とじゃこのご飯の場合：じゃこの具を入れます

●栗赤飯の場合：栗と丹波大納言小豆を入れます。

ご注意 水の中にアルファ化米を入れると、即吸水して固まってしまうので、すぐにかき混ぜてください。



3 蓋をしてすぐに強火で炊きます。圧力がかかり始めたら(沸騰したら)、弱火にします。

ご注意 ・圧力がかかってもおもりがまわらず、音も出ません。耳確認ではなく、赤いピンが立ち上がったことを目で確認してください。

・圧力が安全範囲より高くなった場合(異常圧)は、火を止めてください。

・弱火時間の不足は、④の蒸らし時間を長くしていただくことでできあがりです。



4 3分~4分(目安)経ったら火を止めます。火を止めた状態のまま、20分以上、蒸らしを行います。

ご注意 異常圧で弱火時間が少なかった場合は、25分以上蒸らししてください。



5 自然に圧力が下がり、圧力が抜けていることを確認してからふたを開けます。

6 かき混ぜ、盛り付けてできあがりです。

●梅とじゃこのご飯の場合：調味梅干を混ぜ込みます。

