

黒米の炊き方



1. 計量 **ポイント** 小さじ1杯程度できれいな紫色のご飯に!!

洗米した白米1カップに対し、黒米を小さじ1杯程度入れてください。

- ★分量はお好みで変えてください。
量を増やすと色が濃くなります。

注意

洗米が終わるまで、黒米を混ぜないで下さい。



2. 水加減 **ポイント** 目盛を見るときは目線を低くして、水加減のブレを防ぎましょう!!

平らな場所で炊飯器の内釜の目盛に正確に合わせます。

- ★通常の水加減で炊飯可能です。



3. 水に浸す **ポイント** 120分程度が理想的です!!

季節をとわず60分程度お米を水に浸してください。

- ★出来るだけ水を多く吸わせた方がお米がふっくら炊き上がります。
(浸漬120分程度が理想的です。)



4. 炊飯・蒸らし **ポイント** ならしが大切です!!

①お米をならして、できるだけ平らにしてからスイッチを入れてください。

- ★炊きムラを防ぎます。

②炊飯器の説明に従って、炊飯・蒸らしを行ってください。



5. ほぐし **ポイント** 蒸らしが終わったらすぐにほぐしましょう

重要

①釜の周りからご飯をはがすようしゃもじを1周させます。

②十文字に4等分し、釜底からまんべんなく空気を入れるようにほぐします。