

【コンロでのごはんの炊き方】

- ・ コンロで一合から三合程度のご飯を炊く場合の炊き方です。
- ・ 炊飯に適した鍋をご用意ください。(直径 18cm から 20cm の鍋で 3 合程度炊けます。)

▼炊飯に適した鍋の例



←アルミ製の厚手のものがよいですが、ステンレス、ホーロー製でもよいです。
(鍋ふちが高いものが吹き零れが少なくうまく炊けます。)
また、蓋は蒸気口付きの重みのある蓋がおすすめです。

<手順>

1. お米を計量してとぎ、水を切ります。
2. 鍋にお米をいれ、水加減をして蓋をし、30分～1時間浸します。
(水量はお米の1.2～1.4倍程度(体積比)。無洗米の場合は1合につき10ml追加します。お好みで加減してください。)
※無洗米を利用する場合は、水をいれたら全体を軽くかき混ぜてください。
3. コンロにセットし点火します。
4. 中火で炊飯を開始して沸騰させます。
(目安は、点火して沸騰まで約10分が理想です。この間に水を吸って甘みができます。)
5. 沸騰したら弱火にして、蒸気が出なくなる、もしくはグツグツ感がなくなったら消火します。
(目安は、弱火にしてから10～15分です)
6. 消火後約10分間そのまま蒸らせばできあがりです。

注※鍋の形状や材質などによって炊き上がりに違いがでます。

※吹き零れをする場合がありますのでその際は火加減してください。

※炊飯前の浸漬は、冬場1時間、夏場30分が目安です。

※おこげが気になる場合は早めに消火してください。

※コンロの種類によっては、自動炊飯できる機能が搭載されています。



←炊飯スイッチの写真の例

このようなスイッチが付いているコンロなら、『炊飯』位置に火力を合わせてスイッチを押せば、その後の火力調節無しで炊き上げることができます。(この場合、炊飯用の専用鍋あるいは、厚手のアルミやステンレス、ホーローの鍋をお使いください。ふたに蒸気穴がない場合やなべの材質・形状によっては、焦げつきやふきこぼれなど、うまく炊けない場合があります。詳しくはコンロの取扱説明書をご確認ください。)

※炊飯用の専用鍋はリンナイ公式部品販売サイト <http://www.rinnai-style.jp/> でも購入できます。

※100V電源仕様のコンロは停電時には利用できませんが、一部の機種では乾電池でも動かせるものがございます。
(詳しくはコンロの取り扱い説明書をご確認ください。)