

ポリ袋炊飯



1. 鍋の半分まで水を入れ、蓋^{ふた}をしめてから、カセットコンロで湯をわかす。



2. ポリ袋に米と水を入れる。米と水の分量は、1:1。



3. ポリ袋の空気を抜き、一番上で袋の口を強く結ぶ。

○正しい結び方



×誤った結び方

×下の方で結んでいる



×空気を抜いてない



4. 鍋の湯が沸騰したら弱火にする。



5. 袋の口は水没しないよう鍋の外に出し、フタをして30分煮る。
このとき、ポリ袋が火に近づかないように注意すること。



6. 完成！

蓋も熱くなっているので、やけどに注意して、お皿に移す。

