

おいしい御飯の炊き方

手早く米を洗う

最初はたっぷりの水で手早く洗い、あとは2～3回少量の水に浸し手のひらで押し付けるようにしてお米を研ぎ、洗い流してください。ここは、重要なポイントなので手抜きをしないこと。



寒いからと言ってお湯やぬるま湯で絶対に研がないこと、ここでお米は美味しくもまズくもなります。注意して下さい。

大切な水加減

炊飯器のメモリは、あくまでも目安量です。おいしいご飯を炊くために、水加減は次のように覚えておいてください。白米の場合は洗うお米の容量の20%増、新米は10%増が標準です。柔らかめ、硬めなど好みがあれば水を多め、少なめにするとよいでしょう。また、できれば水道の水よりも清水〔おいしい水〕を使用してください。



お米をしばらく水に浸けておきます



ふっくらしたご飯を炊くコツは、お米に十分水を吸わせることです。水温によって異なりますが夏は30分、水温の低い冬場は1時間以上は水に浸しておきます。

夏場室温が30度以上になるようでしたら、氷を2個ぐらい入れるのも良いでしょう。

う。

じっくり蒸らす

炊けた後そのまま10～15分程度おいて蒸らしておいてください。もちろんフタを取ることは禁物です。蒸らし終わったら底の方からご飯をつぶさないようにして、大きく掘り起こすように混ぜます。



長時間保温しておかない

お米を炊く量は1日分以内にする。あまったら次の日まで炊飯器で保温しない。保存する場合、ラップに包んでさましてから冷蔵庫より冷凍庫へ。食べるときには凍ったまま電子レンジでチン！。この方が、お米をよりおいしく食べられます。

自家用卓上精米機をお持ちの方は、必要な分だけ精米しましょう。

業務用の精米機と違ってかなりお米に乱暴な機械が多いので、保存性は悪くなります。

お米の保存

なるべく一ヶ月以内に食べきるだけご注文ください。6月頃より気温と湿度が高くなってくるとガの幼虫やコクゾウムシが発生いたします。直射日光に当てず風通しの良い涼しい場所に保管してください。（冷蔵庫の横はお米の保存には不適です）

プラスチック容器やブリキ容器に米を入れてフタをし中にニンニク・鷹の爪（とうがらし）などを少量入れると防虫効果があるようです。

6月から新米前までは注文数量の半分（5kg2袋以上注文の場合）を窒素パックの袋（カビ・虫に効果）に入れてお送りいたします。ただし袋を開けると効果がないので早めに食べるようにしてください。

※無農薬米商品につきましては、通年全注文数量を窒素パックにてお送りしております。

※美味しいお米を美味しくするも・まズくするも奥さん（お父さん？）のちょっとしたテクニク次第です※