# 電子レンジ以外の調理方法（おいしいでんぷんご飯）

災害時など、電気が使えない場合もありますので
電子レンジ以外の調理方法をご紹介します。

【　作り方　】

①　ご飯をトレーから出して耐熱袋にいれ、よくほぐす。なるべく空気を抜いて封をする。
②　水を入れた鍋に入れ、蓋をせずに火にかける。
③　沸騰してから5～6分茹でて出来上がり。

《ワンポイントアドバイス》
◆袋の底が鍋につかないように水は多めにします。
◆途中で袋をひっくりかえすとムラができません。

「OTOクッキング倶楽部20170622」