

白釜御飯



材料

白米 2合

水 440ml



①ボールに米を入れてそこに水を流し入れ、軽く混ぜてすぐにその水を流す。3回繰り返す。

※米の研ぎ汁は別のボールに入れておく。にしん茄子と小芋のあっさり煮で使用します。



②手のひらで研ぎ、たっぷり水を加え、さっと混ぜてすぐに流す。3回繰り返す。



③ザル上げして水気をきり、
15分ほど置いておく。



④釜に入れ、水を入れて蓋をし
て5分強火にかける。



⑤沸いたらお箸でご飯を軽くか
き混ぜて、米をほぐしておく。



⑥吹きこぼれないくらいの火加
減にして、さらに約10分炊く。



⑦水の状況を確認して、水が引いていたら弱火にして15分~20分蒸らす。



⑧できあがり