

「まかないくん」のご飯の炊き方

湯炊きによる炊飯・・・（水から炊く方法では大量炊飯不可しかも空焚きの危険有！）



【用意するもの】 炊き出し器：まかないくん

LP ガスバーナーまたは灯油バーナー・燃料・電源（家庭電源又は発電機：灯油バーナーに使用）

米 洗米器（あると便利）ざる 移し変え容器 木へら サラダ油（必要時）

1、 米をさっと洗い ザルで水を切る。

浸漬時間：夏で 30 分以上 冬 1 時間以上 （炊飯量 30 型：3～10kg 85 型：10～30kg）

2、 米の 1.25 倍（新米は 1.15 倍重量比）の水量を計り釜に入れる。

米 15kg の場合水 18.75kg （サラダ油を少々入れると米につやが出る）

3、 お湯を沸騰させます。

10～20 分

4、 木蓋を開けて沸騰した釜に研いだ米を入れる。木へらでかき混ぜ※1 ながらそのまま 4～8 分間強火※2 で炊く。

4～8 分

※1 熱湯で米を膨張させ比重を軽くして、釜底に米が滞留しないように、やさしくかき混ぜる。蓋は都度閉じて高温に保つ。

※2 米の量によって火加減する。研いだ米を入れたときに下がった温度を一気に回復させる。

《！米の投入時・攪拌時にはヤケド注意 長袖姿でかき混ぜてください、釜の縁でヤケドの危険！》

5、 蓋をして 6～10 分間 極弱火～弱火※3 で炊く

6～10 分

釜底全体に柔らかく炎が当たるように→しばらく燃焼→こげる臭いがしてくる。

3※高温になった状態から燃焼を続け、シュッシュと蒸気を発生させて蒸し上げる。

6、 火を止め 15～20 分間むらす。

15～20 分

7、 最後に火力を強火力にして 20～30 秒燃焼して炊きあがり。

20～30 秒

釜の底部に下がった水分を加熱→蒸気が発生するのを確認したのち火を消す。

8、 木へらで、炊き上がったご飯を攪拌し水蒸気を飛ばす。木へらで釜からご飯を取り出す。・・・ご飯のでき上がり

合計：約 35～60 分

釜を洗うとき湯を沸かすとコゲが取れやすい。

【火力について】

85 型 LP ガスバーナーは 大+小=強 大=中 小=弱

30 型 LP ガスバーナーは 全開=強 2/3 開=中 半開=弱（火力は炊飯量に合わせる）

（半開などコックを絞って使用する場合は吹き消えに注意）

灯油バーナー 85・30 型共 HI=強火 L0=弱火 L0 で間欠運転=極弱火

薪・廃材（悪性ガスを発散しないもの）：強火・弱火・極弱火は適宜に判断すること

【水 加 減の目安】

A、重量の場合

・ 普通米（浸漬済み）1.25 倍※1 浸漬せずに炊く場合 1.35 倍 ※1 例：米 10kg の場合 水 12.5kg (ℓ)

・ 新 米（浸漬済み）1.15 倍 浸漬せずに炊く場合 1.25 倍

B、容量の場合

・ 普通米（浸漬済み）1.05 倍※2 浸漬せずに炊く場合 1.15 倍 ※2 米 10 升（18ℓ）の場合水 19ℓ (kg)

・ 新 米（浸漬済み）1.0 倍 浸漬せずに炊く場合 1.1 倍

この炊飯マニュアルは栄養士会のものを参考にし、また実際に炊飯した経験をもとに製作しました。

ヤマヤ物産有限会社 〒939-1118 富山県高岡市戸出栄町 36-10

TEL (0766) 63-4717 FAX (0766) 63-4727 (111003 改正)