

非常用保存食「アルファ米」の作り方

①開封する

アルファ米の袋を開封し、袋の底部を広げて置きます。



②備品を取り出す

袋の中から脱酸素剤(エージレス)とスプーンを取り出します。



③お湯又は水を注ぐ

袋内側の「注水線」まで、お湯又は水を注ぎ入れる。



④かき混ぜる

具材の味がごはんに馴染むようによくかき混ぜてください。



⑤閉じる

出来上がりまで、袋上部のチャックを閉めてお待ちください。※熱湯で15分、水(15℃)の場合60分を出来上がりの目安としてください。



⑥出来上がり

チャックを開け、もう一度底から軽くほぐすようにかき混ぜてお召し上がりください。

