

停電時のごはんの調理方法

カセットコンロ、鍋、水の備えがあれば、
お湯戻しできます。



フィルムをはがさず、沸騰したお湯の中で
フィルム面を上にして、15分以上加熱し
てください。

ポイント

- 鍋のふたをしない。
- 鍋の底にごはんがふれないようにする。
(鍋に入れる水は飲料水でなくても可)