

玄さんの美味しいお米の炊き方



①おいしいご飯の炊き方①



はかったお米にたっぷりの水を一気に入れ、2~3回かき混ぜて、すぐに水を捨てる。



すぐにたっぷりの水を入れ、2~3回かき混ぜて、すぐに水を捨てる。

「たっぷりの水を入れて、かき混ぜて、水を捨てる」を、3回位繰り返す。



炊飯器の内釜に、洗ったお米と水を入れて、浸漬します。(水加減はお好みで。)
浸漬時間: 夏 30分、冬 1時間、春秋 40分



炊飯する。



炊き上がったら10分間蒸らす。
蒸らし後、すぐに蓋を開けて、しゃもじで炊飯器の底からご飯を混ぜる。
(ご飯の粒をつぶさないように、下から上にさつくりと混ぜる。)



さらに1分間、蓋をして蒸らす。



美味しいご飯の出来上がりです。

①②は、炊き上がったご飯を変色させないための、ポイント作業となります。(手早くすることで、お米が又か水を吸収しにくい。) おろそかにされかちな作業ですが、素早く心をかけて頂きますと、より艶の鮮やかなご飯が炊けます。

③は、ゆっくり作業でも大丈夫です。

④は、非常に重要です。浸漬時間が短いと、芯の残った堅いご飯が炊けます。浸漬時間が長いと、食感にハリのないご飯が炊き上がる時があります。極力浸漬時間を守る努力をお願いいたします。ザル上げはお米が割れるのでやめましょう。

米職人「玄米屋の玄さん」のよくわかる炊き方の解説

⑤は、炊飯器に任せてしまって、圧力鍋や土鍋などこだわると、より美味しく炊き上がります。

⑥は、お米をアルファ化するための大事な作業です。この作業をすることで、ふっくら・やわらかな食感と、お米の甘みがMAXに引き出されます。

⑦は、炊き上がったご飯の水分を均一化する作業です。

⑧ 米職人「玄米屋の玄さん」のお米は最高と実感していただける瞬間です。

注意: いつまでも炊飯器にご飯を入れておくと、色も香りも損なってしまいます。残ったご飯は、室温まで冷まして、冷蔵庫か冷凍庫に入れましょう。