

テーマID	793
タイトル	アルミ缶と牛乳パックでご飯を炊く
講師名	松岡 成典

1. 原則放置。燃え尽きたら炊きあがり。
2. 火力調節不要。はじめちょろちょる中ぱっぱ熾火で蒸らされおいしく炊飯

1. 0.7合（105g）を水洗い。  
水を切り（122gとなった）15分放置。  
水を140cc入れて15分浸水。

2. コンロのセッティング  
牛乳パック7/8枚のロール。  
丁度いい高さの植木鉢入れ



3. 着火

4. 無煙燃焼。

5. 3分で蒸気が出る



高さは50~60mm



6. 5分でほぼ燃え尽きる。

7. 熾火で5分弱 蒸らす。透明な蒸気が出なくなって鎮火する。

8. 焦げ無しで炊きあがり。少し固め。

9. 燃えカスは殆どない。コンロは再利用可

