

こんな声が
ありました！

パックごはんで
かたい部分があった。

「パックごはんの保存の仕方」

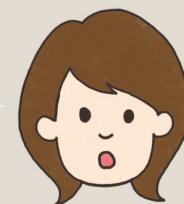


パックごはんって
使うことある？

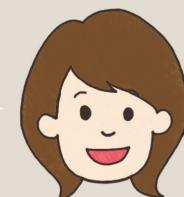


保存場所や保存方法が
関係しているんじゃよ。

うちは、いつもストック
しているわ。すぐに食べ
られるから便利よね～



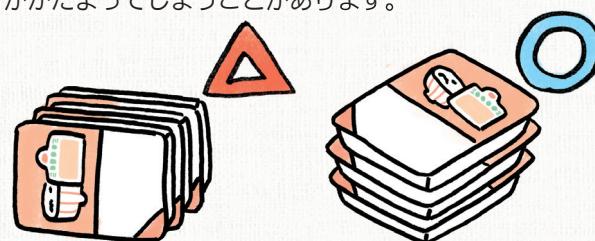
私はこの間、久しぶりに
使ったのだけど…
ごはんにかたい部分が
あったのよね～



どうしてかしら…
はかせに聞いてみよう！

POINT おいしく食べるためには

- 直射日光を避けて、常温で保存してください
- 家電製品など、熱源のそばは避けましょう
過度な高温でなくとも、長期間温かい場所に置くと、
水分がぬけてしまいます。
また、保存場所に温度差（暑くなったり、寒くなったり）
があると、水分がぬけやすくなります。
- 水平に置きましょう
立てて置いた場合、ごはんからぬけた水分が下に移り、
水分がかたよってしまうことがあります。



豆知識

ローリングストックで備えを
意識した生活を！

もしもの時に備え普段から食品を備蓄しておることが大切ですが、特別なものを備蓄するのではなく、日常生活に非常食を取り入れる方法が注目されています。長期保存が可能な食品を備蓄して、賞味期限が近づいたものから消費し、新しいものを買い足していく方法で、これはローリングストックと呼ばれています。災害時には、冷蔵庫にあるものから食べはじめ、それ以降はローリングストックしたものをおべることで、無駄なく食品を利用することができます。



保存には
注意しなくちゃ！

