

10倍がゆ・炊飯器で作るとき

少量作るとき…

米 0.5合、水 5カップで10倍がゆが作れます。

おかゆモードで炊飯し、炊き上がり後はそのまま10分～蒸らします。



炊けたおかゆはすり鉢、ミキサー、ブレンダー等ですりつぶして仕上げます。

10倍がゆ・鍋で作るとき



少量作るとき・・・

米 大さじ2、水300mlで10倍がゆ作れます。

少量であれば加熱は沸騰したら弱火で15～20分、火を止めて10分蒸らします。