

焚火で炊く手順

- ① お米を研いで水を入れたら30分ぐらい浸しておきます。
- ② 火にかけます。沸騰するまでは弱火で炊きます。
弱火とは炎が飯盒の底からはみ出さない程度です。
沸騰すると蒸気が出てきます。湯が吹きこぼれる場合もあります。
蓋が持ち上がるようであれば石を乗せて密閉します。初めから乗せると沸騰の見極めが難しくなります。
- ③ 沸騰したら強火にします。薪をくべましょう。
強火とは炎に飯盒が包まれるぐらいです。
- ④ 火力を維持します。
蓋に石を乗せていても吹きこぼれます。激しく吹きこぼれますが心配しないで吹きこぼれによって火力が落ちないように薪をくべて火力を維持してください。
- ⑤ 炊き上がりは匂いで判断。吹きこぼれが無くなりごはんの焦げる匂いがしたら炊き上がりです。お焦げご飯が嫌いな方、焦げの匂いが気になる方は、沸騰中に割りばしを飯盒の蓋に当てると、グラグラと沸騰している振動が伝わってきます。この振動が無くなったら炊き上がりです。
- ⑥ 蒸らして完成です。
火から下ろした飯盒を逆さまにして15～30分ほど蒸らします。
蒸らしが終わるまでは絶対に蓋を開けないように。
蒸気が逃げてふっくら仕上がらなくなります。