



シュガーレディ マジカル 深土鍋

◆白米の炊き方(おこげご飯は不可)

白米の炊き方

- ① ボウルなどで洗米し、ざるに上げ水切りしたのち
お米1合に水200ccを入れる。※1
- ② 30分程度水に浸して土鍋に移す。土鍋の内蓋と蓋を閉める。
- ③ 中火で炊く(卓上IHの場合700W)でスタート。キッチンのIHについては
必ず取扱説明書で、出力を確認してから使用してください。
- ④ 炊く時間の目安は、1合→約9分、2合→約12分、3合→約15分。
- ⑤ 火を止めて、そのまま20分以上蒸らす。おこげご飯は炊かないで下さい。※2

※1 お米の種類・季節・お好みにより水加減を調整して下さい。

※2 おこげご飯は炊けません。カーボン剥がれの原因になります。

炊飯適量表

水位目盛	下から1本目	下から2本目
炊飯量	2合	3合
炊飯時間	12分	15分



水位目盛は目安です。
火加減、加熱時間により
吹きこぼれる場合がある
のでご注意ください



シュガーレディ マジカル 深土鍋

◆玄米ごはんの炊き方(おこげご飯は不可)

玄米ごはんの炊き方

- ① ボウルなどで洗米し、ざるに上げ水切りしたのち
お米1合に水240～280cc※1と塩ひとつまみを入れる。※2
- ② 2～5時間程度※3 水に浸して土鍋に移す。土鍋の内蓋と蓋を閉める。
- ③ 中火で炊く(卓上IHの場合700W)でスタート。キッチンのIHについては
必ず取扱説明書で、出力を確認してから使用してください。
- ④ 炊く時間の目安は、1合→約8分、2合→約11分、3合→約14分。
その後、弱火(卓上IHの場合260W)で30分炊く。
- ⑤ 火を止めて、そのまま10分蒸らす。おこげご飯は炊かないで下さい。※4

※1 お米の種類・季節・お好みにより水加減を調整して下さい。

購入された玄米によって異なります。炊き方の説明を必ず確認して下さい。

※2 塩は玄米特有の苦味を和らげ皮を柔らかくする作用があります。

入れなくても炊飯は可能です。

※3 購入された玄米によって異なります。炊き方の説明を必ず確認して下さい。

※4 おこげご飯は炊けません。カーボン剥がれの原因になります。