

こんな声がありました！

パックごはんがかたい部分があった。

「パックごはんの保存の仕方」



co-op



パックごはんって使うことある？

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！



保存場所や保存方法が関係しているんじゃないよ。

パックごはんの容器は、**水分を逃がしにくい材質のもの**を使い、ごはんの状態を保っています。

しかし、**熱源のそばに保存したり、極端な温度差の影響を受けたり**すると、ごはんの水分にむらができる**水分がぬけた部分はかたくなります**。反対に、**水分が多くなった部分はやわらかくなります**。

POINT おいしく食べるために

- 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
過度な高温でなくても、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くことが大切ですが、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、新しいものを買っていき足していく方法で、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食べることで、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！

