

2024.05.19

光が丘地区

自治会連合会

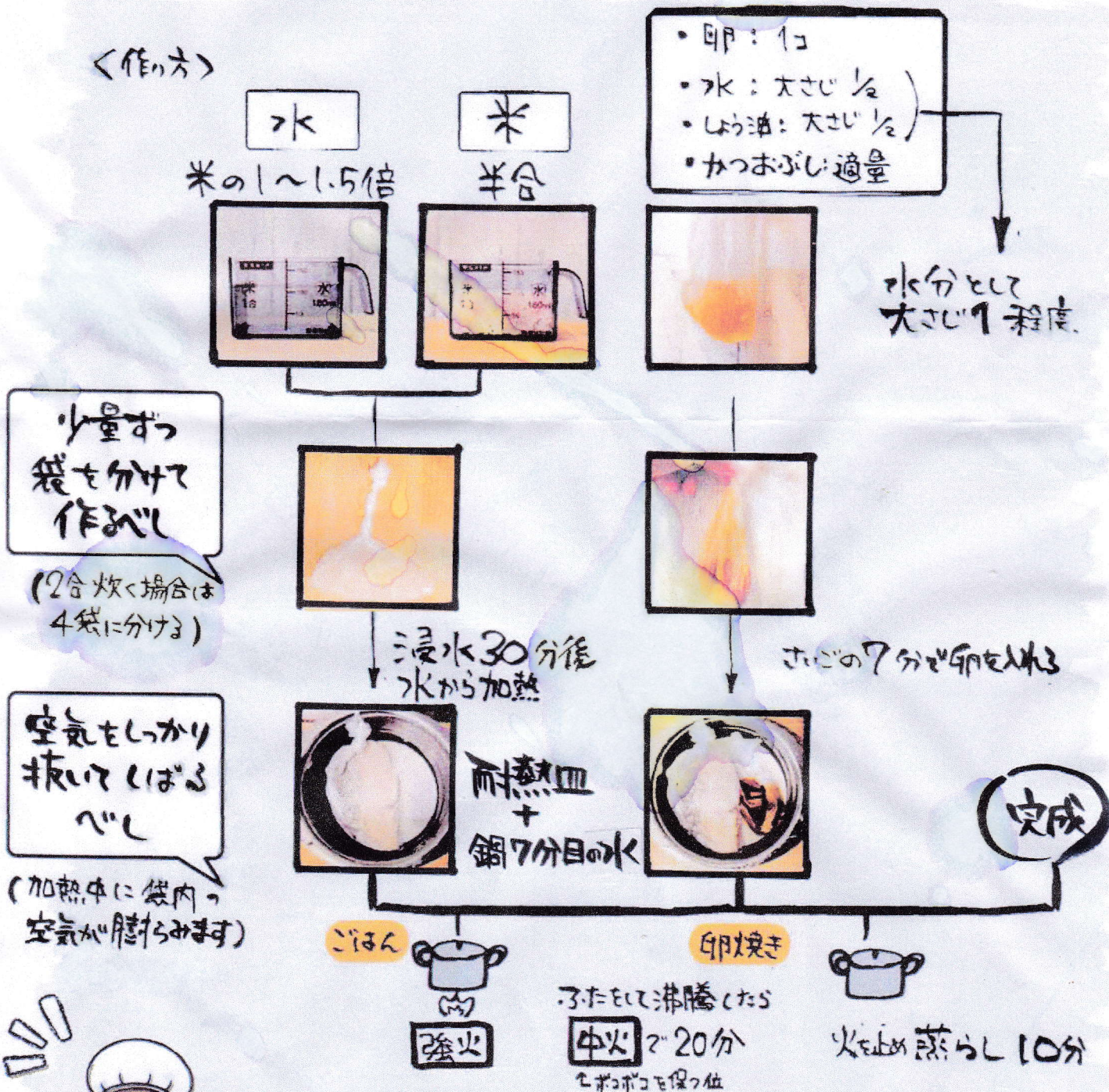
防災食講座

湯せん調理

～ごはん・卵焼き～

- ＜道具＞ ・アイラップ（耐熱性のビール袋） ・深めのお鍋 ・ふた
・小さめのコップ（計量用） ・耐熱皿（お好み可）
・さいばし

＜作り方＞



美味しく安全な仕上がりになるよう
加熱ムラをなくすことが大切です。