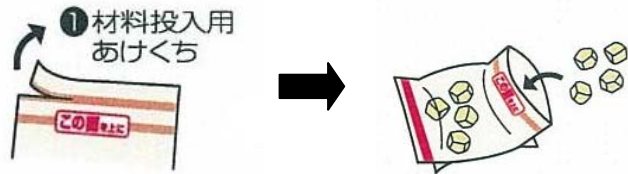


## レンジクックの作り方

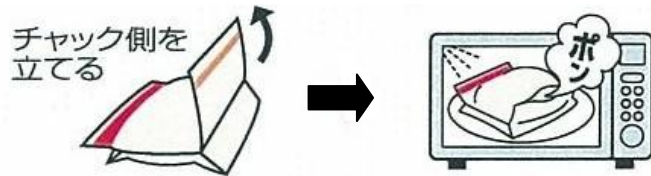
### ① 準備

調味液や具材の入った、レンジクック専用のパウチ（プラスチック製の袋）の『材料投入用あけくち』を開けて、ひと口大に切った素材（「肉じゃが」ならじゃがいも、「中華あんかけ」ならブロッコリー）を入れ、チャックの口をしっかりと閉めます。



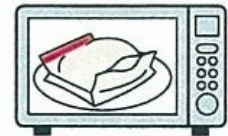
### ② 電子レンジで加熱

ふきこぼれ防止のため、必ずチャック側を上に戻して立て、外装に表示しているワット数に応じた時間、電子レンジで加熱します。加熱中、徐々に蒸気でパウチがふくらみ、しばらくすると「ポン」と蒸気が抜ける音がします。



### ③ 蒸らし

加熱終了後、そのまま電子レンジの中で1分間蒸らします。蒸らすことで味がなじみ、おいしくなります。



### ④ 盛りつけ

電子レンジから取り出し、パウチを開封し、お皿に盛りつけます。

※チャックが開いていない時は『盛りつけ用あけくち』を開けてください。

