

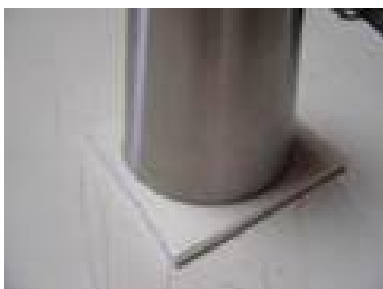
## 真空マグカップで出米を炊く

### 用意する物

- 1 真空マグカップ
- 2 . アルミホイル
- 3 . 発泡スチロールまたはPOP 材
- 4 . よく切れるカッター
- 5 . マジック細い物
- 6 . お米適量（といておくこと）
- 7 . お湯



1 . 最初に真空マグの口に合わせて発泡材に線を引く



2 . その線にあわせてよく切れるカッターで切ろう



3 . マグカップの口に収まるように少しずつ削って  
飲み口より少し小さめの方がいい



4 . 出来た保温蓋にアルミホイルを張る



5 . これで簡易保温鍋の完成



## これを使ってご飯を炊いてみよう

このマグカップにといで置いたお米を入れる  
(事前にマグカップを少しお湯を入れて暖めておくとうい)



入れたお米の倍くらいのお湯を入れてふたをする



後は、40分~1時間待つて完成



何度かやっているうちに炊きあがりのお米の堅さも調整できるようになる  
原理は真空鍋と同じ、温泉卵も出来る(^\_^)v