



## 作りかた

1. 常温、冷蔵：容器や皿に入れテーブルプレートの中央に置く。
2. あたためいろいろ 2 ごはん であたためる。
3. あたためた後、よくかき混ぜる。

### 加熱の目安

常温、冷蔵ごはん1杯(約150g)  
加熱：約1分

### 1回に作れる分量

常温、冷蔵ごはん  
100～900g

### 使用付属品

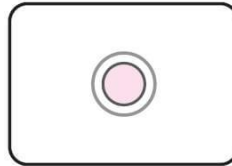


テーブルプレート  
底面

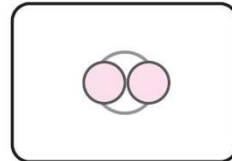
### ごはんのあたためのコツ

テーブルプレートの中央に置く

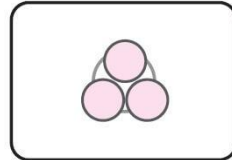
1個



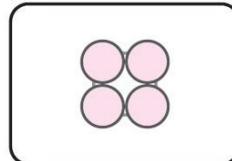
2個(中央に寄せる)



3個(中央に寄せる)



4個(中央に寄せる)



チャーハンやピラフは、加熱後、かき混ぜる

冷蔵は仕上がり調節 中 または やや強 に合わせる。