

直売所と
推し名物

ガイドマップ

直売所ごとのイチオシ名物をチェック!

直売所にお出かけしよう!

ソラ

サン

岡山の特産品

岡山県は旭川、吉井川、高梁川の三大河川による豊富な水と肥沃な土、「晴れの国」と呼ばれるほど晴れの日が多く、瀬戸内の穏やかな気候にも恵まれ、昔から米作りが盛んです。また、県中北部は中山間地、県南は平野部と地理的な条件が様々で、各地で様々な米作りが行われてきました。そのため、品種が多く、各地域でのお米のブランド化も進んできました。

新鮮で値ごろ「農協精米」

精米を求める消費者向けに、新たに「農協精米」としてブランド化。岡山県産の玄米を低温保管し、受注後に精米します。つくたての風味や香りを5キロ入りパッケージに詰め、JA直売所に並べます。銘柄には根強い人気がある「コシヒカリ」「あきたこまち」「きぬむすめ」を揃えています。

厳選の1等米をお届け!「元気玄米」

近年の健康志向の高まりを受け、販売を強化した「元気玄米」(「あきたこまち」「コシヒカリ」「きぬむすめ」「朝日」「ヒノヒカリ」)は、集荷から販売までJAで一貫して手掛けた単一品種の1等米だけを取り扱い、鮮度や安心感、値ごろ感を追求。全量を色彩選別機にかけて紙袋に統一シールを貼り、JA直売所・支店などで販売しています。

白桃

桃の原産地は中国と言われ、岡山県では明治の初めに「白桃」が品種改良によって誕生し、そこから本格的な栽培がスタート。瀬戸内の穏やかな気候に恵まれ、現在では桃の代表的な産地となっています。

岡山の桃の特徴

他県の桃は赤みを帯びていますが岡山県は白が主流。

直射日光に当てずに育ててとろけるような柔かさ。

糖度センサーも使って甘さをチェック!

ブドウ

果物王国とも称される岡山県では、古くからブドウの生産が盛んです。130年の歴史があるマスカット・オブ・アレキサンドリア、大粒で種無しニュービーオーネ、ワインレッドの色が美しい冬のブドウ紫苑(しえん)。最近のブドウの流行でもある「種無し・皮ごと食べられる」を満たすシャインマスカット、オーロラブラックなど、「次世代カワ」も呼ばれる新しい品種の生産にも積極的に取り組んでいます。

ニュビーオーネ

岡山県産「きぬむすめ」が、5年連続の特A獲得!

「絹(きぬ)」という名前のとおり、白さとツヤに優れたお米で、食感「こし」と「粘り」があり、熱々ごはんはもとより、冷めてもおいしいお米です。日本穀物検定協会が毎年発表している食味ランキングで、岡山県産は5年連続で食味が最も良いとされる最高ランクの「特A」を獲得しました。

※平成28年～令和2年までの5年間で

アスパラガス

その名の通りアスパラガスから発見された疲労回復を促すアスパラギン酸や、ソバ同様に生活習慣病に効果があるといわれるルチンを含んでいます。調理するときは食感が失われるので、加熱しすぎに注意。

キュウリ

定番野菜の代表格。キュウリ。ビタミンCやカリウム、カルシウムなどのミネラルをはじめ、皮にはβ-カロテンも豊富に含まれており、血圧の上昇を防ぐなどの効果があると期待されています。

ゴボウ

JA晴れの国岡山には、2つの地域ブランドゴボウがあります。赤土でじっくり育てられ、一般的なゴボウよりも太く香り高い「明治ごぼろ」。もう1つの「連島(つらしま)ごぼう」は、良質な土壌と地下水で栽培されており、岡山県初となる地理的表示(GI)保護制度に登録されました。

牛肉

日本最古の名産牛「竹の谷鯉」が生まれた岡山県。歴史・伝統のある岡山県の牛肉は、贈り物やおもてなし、特別な日のごちそうなど、そしてもちろん普段の食卓にも、自信を持ってお勧めできます。千屋牛、備中牛、なぎビーフというブランド牛肉があります。

花(スイートピー・リンドウ・花弁類)

JA晴れの国岡山は、県南部は温暖な気候、県北部は冷涼な気候と、気候があるため、花卉類は様々な種類が栽培されています。スイートピー、リンドウは全国的にも有数の産地で、その他も様々な種類の花卉を栽培しています。

桃太郎トマト

「トマトが赤くなると医者が青くなる」昔からトマトはカラダにいい野菜として知られてきました。βカロチンをはじめビタミンC、ミネラル、食物繊維など、とにかくトマトは毎日の健康維持にとってこの要素が豊富です。

黄ニラ

黄ニラは、普通のニラで光を遮断して栽培することによって、葉緑素の発生を抑えて黄色にし、収穫した後は太陽光に当てることで鮮やかな黄色になります。見た目が美しいだけでなく、生で食べられるほど柔らかく甘みもあります。

直売所一覧

※掲載の内容は2021年11月現在のものです

1 百菜市場 和気店

和気郡和気町衣笠 874
TEL.0869-92-9800
営業 9:00~18:00
休 年始
P 大型可(2台) WC 精米 全席
★桃・ブドウ・イチジクが豊富 ★和気駅、和気ICが近い

イチオシ名物

地元産の里海米

瀬戸内海や岡山の自然を守るお米。
カルシウムやタンパク質、天然ミネラルが豊富な牡蠣殻を肥料にして栽培した地元産の里海米。コシヒカリ・ヒノヒカリ・きぬむすめ・朝日の4品種を販売しています。

3 かよう青空市

加賀郡吉備中央町吉川 4469-8
TEL.0866-56-8078
営業 8:00~16:30
休 年末年始
P 大型可 WC 精米
★秋野菜は新鮮で充実しています

イチオシ名物

ブドウ全般・ブルーベリー

爽やか吉備高原ブルーベリー。
栽培に適した高原の気候により、今日まで生産量は増加中! 糖酸っぱさが口いっぱいに広がるブルーベリーです。生食はもちろん加工品の材料としても好評です。

5 玉島直売所 ふれあい朝市「おなじみさん」

倉敷市玉島中央町1-2-5
TEL.086-522-0188
営業 8:30~14:00
休 日曜日、祝日、年末年始
P 大型不可 WC
★手づくりパン(第2・4火曜日)のほか、フォンケーキや焼き菓子などスイーツや加工品が充実

イチオシ名物

ピクルス

野菜をおいしくいただきます!
カラダが喜ぶやさしい味わい。
地元産の野菜を使ったピクルス。時期によって、使用する食材やスパイスの配合も変わるので、毎回違った味わいを楽しんでいただけます。【450g/税込500円】

7 里庄直売所「里ちゃん」

浅口郡里庄町里見 2610-1
TEL.0865-64-3318
営業 8:30~13:00
休 日曜日、祝日、年末年始
P 大型不可 WC 精米
★旬の野菜・果物は新鮮で低価格販売

イチオシ名物

マコモタケ

どんな料理とも相性バツグン!一度食べればクセになる。シャキシャキとした歯応え!
アクやクセがなく、食感はタケノコのようにシャキシャキとして、ほのかに甘いのが特徴。中華料理では高級食材として知られています。シーズンは9月下旬~11月上旬。

直売所取扱品目

米 野菜 果物 花 畜産物 乳製品 加工品 水産物

2 アグリびぜん

備前市伊部 1312-8
TEL.0869-64-1105
営業 8:30~17:00
休 年始
P 大型不可 WC 全席
★キムラヤのパンコーナーあり ★鮮魚販売(毎週火曜日)

イチオシ名物

イチジク

上品な甘さとプチプチ食感がたまらない、備前市特産の果実。
品種は「例井ドーフィン」で上品な甘さとしっかりした果肉が特徴です。生食はもちろんジャムにもおすすめです。8月下旬~10月下旬まで店頭に並びます。

4 児島直売所「郷の里」

倉敷市林 530
TEL.086-485-1712
営業 8:30~13:00
休 日曜日、年末年始
P 大型不可 WC 精米
★瀬戸中央自動車道の水島ICに降りてすぐ ★旬の野菜や果物を販売

イチオシ名物

丸ナス・長ナス

煮物や焼きナスなど、どんな調理にも合う万能野菜!
丸ナスは、とても皮が柔らかくとろけるような食感が特徴。長ナスは、皮がしっかりとって果肉が柔らかいのが特徴。シーズンは8月中旬~9月末。

6 菅生直売所 ふれあい青空市「すがお」

倉敷市西坂 1820-1
TEL.086-462-1340
営業 8:30~16:00(6~9月)
8:30~13:00(10~5月)
休 日曜日、年末年始 P 大型不可 WC 精米 全席
★山陽自動車道の倉敷ICに降りてすぐ ★シーズンには桃産地直送の白桃を販売

イチオシ名物

浅原産の白桃

純白の「白い肌」、芳醇な香りと繊細で上質な甘味、白桃産地の浅原からお届け。
甘い香りと、透き通った白く美しい姿をもつ岡山の白桃です。とろけるように柔らかく、甘い果汁をたっぷりたくわえた果肉は、まさに至福の味わいです。シーズンは6月~9月中旬。

8 玉島北直売所「メルカートたまきた果菜館」

倉敷市玉島八島 1507-1
TEL.086-523-1521
営業 8:30~17:00(4~12月)
8:30~16:00(1~3月)
休 年末年始 P 大型可 WC
★地元で採れた旬の野菜や果物、漬物 ★1点物の木工作品や雑貨

イチオシ名物

女性部手造りの「米こうじみそ」

自然熟成ならではの、昔懐かしい優しい風味。
岡山西女性部の玉島北支部が丹精込めて手造りした「米こうじみそ」です。余分な添加物は加えず、塩分控えめに仕上げています。【800g/税込680円】

店舗情報

営業時間 休業日 駐車場 特徴 トイレ コイン精米 今期り米取扱

JA晴れの国岡山

直売所と推し名物

ガイドマップ

岡山県産の特産品

JA晴れの国岡山

JA旬みつけ!

店舗情報はホームページで随時更新中!

https://www.ja-hareoka.or.jp/

twitter

Facebook

Instagram

YOUTUBE

晴れの国岡山農業協同組合
〒713-8113 岡山県倉敷市玉島八島1510番地1
営農部 ☎086-476-1837

ワクワクする農業と地域の未来を
JA晴れの国岡山

9 船穂直売所

米 野 果 花 加

倉敷市船穂町船穂 2907-2
TEL.086-552-5000

8:30~17:00(4~12月)
8:30~16:00(1~3月)
年末年始(1~3月土曜日休み)
★6月~9月ブドウ各種販売 ★12月~3月スイートピー販売

イチオン名物

マスカット・オブ・アレキサンドリア
ワイン(やや甘口)

良いワインは良い原料から。
この味と風味が実証。マスカットを贅沢に!

「果実の女王」と讃えられるマスカット・オブ・アレキサンドリア、なかでも最高級にランクされる倉敷市船穂産の大型マスカット100%原料に用い、内容に厳選した希少かつ貴重なワインです。本来の風味と芳香を最大限に引き出し、上品な甘さと適度な酸味がマスカットとすべりとした味わいと、絶品の香りをあまらばうたい。【720ml/税込3,086円】

10 山手直売所「ふれあいの里」

米 野 果 花 畜 乳 加 魚

総社市岡谷 23
TEL.0866-93-2338

8:30~17:00
年末年始・毎月第2・第4水曜日
P 大型可 WC 6精米 6全卵

★月内で寄島漁連より直送の鮮魚販売 ★地元産の新鮮野菜、旬の果物販売

イチオン名物

女性部手づくりお弁当

ランチでも人気!地産地消にこだわった
安全・安心でおいしい食を提供。

地域の食材も多く使い、店内の加工施設で製造したお弁当、総菜、女性部毎で特色を出したお弁当が毎日店頭に並びます。 【1パック/税込300円~500円】

11 井原直売所「いばら愛菜館」

米 野 果 花 畜 乳 加 魚

井原市井原町 512-2
TEL.0866-62-5359

9:00~14:00
日曜日・年末年始
P 大型不可 WC 6全卵

★店頭販売 魚屋さん(毎週火・金・土) パン屋さん(毎週月・水・金)

イチオン名物

井原市産ブドウ(ビオーネ・シャインマスカット・NベリーA他)

伝統のブドウから次世代ブドウまで、「果物王国」と呼ばれるにふさわしい、魅惑のブドウのラインナップ。

井原市は西日本有数のブドウの産地です。7月上旬~11月中旬の長期間、高品質なブドウを味わっていただけます。

12 鴨方直売所 ふれあい朝市「なごみ」

米 野 果 花 加

浅口郡里庄町里見 5265-1
TEL.0865-44-2512

8:30~13:30
日曜日・年末年始
P 大型不可 WC 6精米 6全卵

★シーズンには隣接する選果場から新鮮果物直売 ★みそ、豆腐、お菓子など加工品販売

イチオン名物

女性部手づくり「豆腐」

ふわふわ食感と優しい甘み。
食べればヤミツキ。手づくり豆腐のとりこに!

昔ながらの手づくり製法にこだわった「豆腐」。自然のうまみと栄養がたっぷりだった大豆を使い、濃厚で豊かな味わいが、世を超えて人気です。第1、3土曜日に販売。お1人さま2丁まで。 【250g/税込110円】

13 早島町直売所 ふれあい青空市

米 野 果 花 加

都窪郡早島町前島 147-1
TEL.086-482-0760

8:30~13:00
日曜日・年末年始
P 大型不可 WC 6精米 6全卵

★女性部による地元旬野菜の天ぷら(毎月第一月曜)

イチオン名物

早島町産今摘り米

地元農家が作る「ホンモノのお米」の味と香りをあなたの食卓へ!

精米は、日々劣化し風味が損なわれます。1kgから販売しますので、欲しい分だけいつでもおいしいお米をお召し上がり頂けます。 【1kg~/ (参考価格令和3年 朝日米(玄米)1kg/税込339円)】

14 金光直売所「みわの里」

米 野 果 花 加

浅口市金光町古見新田 274
TEL.0865-42-4212

8:30~15:00(4~12月)
8:30~14:00(1~3月)
日曜日・年末年始
P 大型不可 WC 6精米 6全卵

★旬の農産物の他、切り花も充実 季節の果物(桃・ブドウ・イチジク・梨・柿など)もオスメ!

イチオン名物

切り花

晴れの国を彩る花々。ご自宅用や仏花など花のある暮らしを楽しんで!

大菊・小菊・桐・シキミなどの切り花を中心に、直売所価格で販売しています。 【3~5本の束が主流/税込200円~500円】

15 児島ふれあい青空市

米 野 果 花 乳 加 魚

倉敷市児島味野 3-1-25
TEL.086-472-2539

8:30~13:00
日曜日・日曜日・年末年始
P 大型不可 WC ※仮設

★季節になるとイチオンが店頭に ★下津井産の海苔が種類豊富

イチオン名物

シーサイドファーム「なんば牧場」
手作りアイス

なんば牧場から直送。
手作りのカップアイスクリーム。

ミルク・チーズ・抹茶・チョコ・いちご・ごぼう・茶・コーヒーの7種類のカップアイスクリームです。 【90ml/税込300円】

16 倉敷青空市「やさい畑」

米 野 果 花 加

倉敷市西中 4-1
TEL.086-425-6778

9:00~16:00
毎週水曜日・年末年始
P 大型可 WC 6精米 6全卵

★敷地内にコロッケ屋 ★生産資材店舗が隣接

イチオン名物

しょうが焼のたれ

地元の農家さんが作った生姜が贅沢に入った商品。

生姜焼き以外にも揚げ物・炒め物などの様々な料理の下味に使える万能なれです。地産地消のうれしいたれを是非ご賞味ください。 【360ml/税込500円】

17 笠岡ふれあい青空市「しおかぜ」

米 野 果 花 加 魚

笠岡市平成町 55-2
TEL.0865-66-1301

9:00~16:00
毎週水曜日・年末年始
P 大型可 WC 6精米 6全卵

★たこ焼き、苺ソフトクリーム販売 ★笠岡アグリセンター敷地内

イチオン名物

たまねぎドレッシング

地元のたまねぎのみ使用。
地産地消のおいしさをご賞味ください。

すりおろした新鮮たまねぎに、りんごの甘みと本醸造醤油のうま味が溶け合った甘くさっぱりした和風ドレッシングです。ステーキやハンバーグを焼いた後の肉汁と絡めてソースとしても美味しくいただけます。 【280ml/税込400円】

18 矢掛宿場の青空市「きらり」

米 野 果 花 畜 加 魚

小田郡矢掛町本郷 1109-1
TEL.0866-82-5330

9:00~16:00
毎週水曜日・年末年始
P 大型可 WC 6全卵

★敷地内に鮮魚直売所海鮮びくり本舗「自家製味噌うどんいり」 ★A-COOP矢掛店が隣接

イチオン名物

からし漬けの素

簡単にできる!きゅうり・なすび・だいこんなどのからし漬け。

きらりで買えない、からし漬けの素です。複数の生産者が出されており大人気です。漬け方を記した紙も店頭売り場に一緒に置いてありますので、ぜひ一度お試しください。 【220g/税込140円】

19 福田青空市「すいれん」

米 野 果 花 畜 加 魚

倉敷市北畠 6-540-1
TEL.086-441-2409

9:00~16:00
毎週水曜日・年末年始
P 大型可 WC 6全卵

★敷地内にコロッケ屋(毎週水曜、土曜) ★敷地内に鮮魚店

イチオン名物

ごぼうドレッシング

ごぼうの風味が最高!
色々な料理にお試しを!

地元選果産のごぼうを使用し、すりごまと合わせクリーミーに仕上げました。しゃぶしゃぶやお鍋のつけだれとしても最適です。 【280ml/税込500円】

20 高梁グリーンセンター

米 野 果 花 畜 加 魚

高梁市津川町今津 883-1
TEL.0866-22-4158

9:00~17:30
年末年始
P 大型可 WC 6精米 6全卵

★季節ごとに開催する様々なイベントの際には備中牛の串焼きも販売

イチオン名物

各種手造り米菓子

味良し 値段良し 腹持ち良し
ご賞味あれ!!

幅広い年代に人気の商品です。
多彩な味を楽しめます。
お気に入りの商品を見つけてください。

21 神楽の里

米 野 果 花 畜 乳 加 魚

高梁市成羽町佐々木 16
TEL.0866-42-2612

8:30~17:00
年末年始
P 大型可 WC 6精米 6全卵

★工芸品の販売もあります ★笑顔で皆さんのお越しをお待ちしております

イチオン名物

鬼退治桃太郎トマト

高原地帯の冷涼な気候を活かし栽培されたトマトです。

甘く、程よい酸味が特徴で、子供からお年寄りまで食べやすいトマトです。月から11月頃店頭に並びます。

22 あしん広場 (ふれあい市場)

米 野 果 花 畜 乳 加

新見市正田 397-2
TEL.0867-72-7705

8:30~18:00
火曜日
P 大型不可 WC 特産館と焼肉「千屋牛」のみ

★敷地内に資材店グリーンセンター 焼肉「千屋牛」 特産館を併設

イチオン名物

コン猪舌(イノシシ肉缶詰)

新見・哲西の男達が生け置いた。コン猪(こんし)ジビエ好きにはたまらない!

ふれあい市場会員が出品している猪肉加工品。塩漬け猪肉で食べやすく、ジビエ愛好家のみならず、幅広く人気が高く、農業新聞にも紹介され、県外からの注文もある定番人気商品。 【70g/税込500円】

23 コスモスの里

米 野 果 花 畜 乳 加

真庭市上水田 6328-1
TEL.0866-52-3191

9:00~17:00
年末年始
P 大型不可 WC

★秋にはコスモスを鑑賞して頂けます

イチオン名物

ニュービオーネ

種な・大粒・ちようどいい甘さのブドウです。

甘すぎず、爽やかな酸っぱさを感じるブドウです。この特徴を活かして作られた加工品も販売していますので、ぜひお買い求めください。9月~10月中旬まで店頭に並びます。

24 きらめきの里

米 野 果 花 畜 乳 加

真庭市中島 422-1
TEL.0867-42-8177

9:00~18:00
年末年始
P 大型不可 WC 6全卵

★安心・安全・新鮮! ★真庭産野菜・花き・加工品など勢揃い!

イチオン名物

やまのいも「銀沫」

銀白に輝く薄のしほきのごとし。
きめ細やかで風味が良く強い粘りが特徴。

「豊かな土風が育んだ冬の恵み鮮やかな!」香風味自然薯のごとく「掛きたて解の弾力含めば淡雪の口け!」銀白に輝く「やまのいも」ぜひお買い求めください。【バラ売り、2kg箱】

25 産地直売所「燦燦つやま」

米 野 果 花 加

津山市林田 146-1
TEL.0868-22-8640

8:30~17:00
12月31日~1月3日
P 大型不可 WC (道の駅共有) 6精米

★野菜・花き豊富 ★年間を通し切り花が人気商品

イチオン名物

津山のほほえみ(小麦粉)

津山産小麦をJAが製粉した
独自ブランドの純津山産小麦粉です。

一般的な小麦粉よりグルテン含有量が多く、もちりとした食感と口どけのよさ、豊かな小麦の香りとうま味を感じられます。 【500g/薄力粉(菓子用)税込210円、強力粉(パン用)税込240円】

26 ファーマーズマーケット「サンサンくめなん」

米 野 果 花 乳 加

久米郡久米南町下二ヶ1367-1
TEL.086-728-4696

8:30~17:00
12月31日~1月3日
P 大型可 WC (道の駅共有) 6精米

★隣接で道の駅くめなん(毎週火曜日休)

イチオン名物

くめなん新鮮ゆず果汁

地元名産の久米南町で栽培された
新鮮なゆずを100%使用。

香り、風味の良い久米南町ゆずを使用しています。酢めしや製品への添加、酒類(カクテル・ハイボール等)調理時の香り付けなど、幅広くご使用いただけます。 【150ml/税込432円】

27 津山地産地消センター「サンヒルズ」

米 野 果 花 加

津山市大田 811-1
TEL.0868-27-7131

9:00~17:00
12月31日~1月3日
P 大型可 WC (道の駅共有)

★旬の野菜・山菜・果実(7~8月桃、9~10月ブドウなど)

イチオン名物

つやま生姜

津山の自然が育てた
みずみずしくやわらかい生姜です。

獲れたてを低温貯蔵庫で保存する生姜(国産)は、風味と辛さを保ちながら口当たりなめらかに熟成され1年中食べられます。 【150g/税込120円】

28 柵原農産物直売所「やさい畑」

米 野 果 花 加

久米郡美咲町久木 185-3
TEL.0868-62-1192

8:00~17:00
年末年始(12月30日午後~1月6日まで)
P 大型可 WC

★農産物も販売しています

イチオン名物

黄ニラ

岡山県特産の高級食材、黄ニラです。

夏場は露地で、冬場は鉱山跡の坑道を利用して定温定湿条件下で栽培された黄ニラはビタミンを含んでおり、上品な風味と歯ごたえが特徴です。 【1束50g/春~秋 税込120円、冬 税込180円】

29 みち停「あさひ」

米 野 果 花 加

久米郡美咲町西川 11001-4
TEL.0867-27-9366

9:00~17:00
年末年始
P 大型不可 WC

★無料で足湯に入れます

イチオン名物

まきばの館
ジャンボシュクリーム

新鮮な生乳と地元卵を使用した
ジャンボシュクリーム。

畜産研究所の新鮮な生乳・美咲町産の卵を使ったシュクリーム。素材を生かした風味豊かな優しい味が魅力です。 【1個/税込290円】

お米の旬感移動
元気玄米 直行便

直行便は週1回2ルートで運行します。管内の各直売所から注文を受けてから東北の精米所で白米に仕上げ、直接店舗に届けます。
米の風味や香り、食味は鮮度が命。初の状態を保管しておき、注文があった時に注文があっただけ精米して袋に詰めすることで、「農協精米」は、いつもつきたてほやほやのおいしさを味わっていただけます。

直行便は、JAの自家施設と自家便で産地と売り場をつなぐことで、管内で生産した農産物を管内で流通させ消費する「地産地消」を推進します。
JAがSDGsの取り組み方針に掲げる「持続可能な農業生産」「持続可能な食料供給」の実現に向けた代表的な取り組みです。

精米所 直売所各店

直売所取扱品目

米 野菜 果物 花 畜産物 乳製品 加工品 水産物

店舗情報

営業時間 休業日 駐車場 大型 特徴 トイレ

精米 コイン精米 今摺り米とは 今摺り米取扱

JAカードをご利用いただくと5%オフでご購入いただける店舗もございます。

お米のおいしい炊き方

①お米を正しく計りましょう
計量カップ(180ml)を使って、すりきりまで入れて、計りましょう。

②手早く洗米しましょう
たっぷりの水で数回、軽く混ぜるように手早く洗い、すぐに水を捨てましょう。その後2~3回、水を換えて洗い、最後はしっかりと水気を切りましょう。

③水加減に注意しましょう
炊飯器の水加減の目盛りはあくまでも目安です。お米の産地・品種・天候、精米状態、お米の保存状態などによって炊飯時の水加減は全て異なります。ご自分の好みと違うように炊けてしまう場合は、水加減を調整しましょう。

④水を十分に吸わせましょう
夏なら30分、冬なら1時間くらいを目安に水に浸しておきましょう。

⑤炊き上がったらじっくりと蒸らしましょう
蒸らしが十分でないとし、ごはんがべっくなりやすから注意しましょう。

⑥最後のほぐし
底の方から大きく掘り起こすように混ぜましょう。
余分な水気がなくなり、ふっくらとしたごはんになります。

※掲載の内容は2021年11月現在のものです