

こんな声がありました！

レトルトごはんで硬い部分があった。「上手に保管して、憂いなし」



レトルトのごはんって使ったりする？

うちは、定期的にストックしているわ。急にごはんが必要になったときとか助かってるわ。



私もこの間、久しぶりに出したのだけど…何か**パサパサ**しているところがあって硬さが均一じゃなかったのよね～。

あ、それ！ごはんの置き方にもちょっとしたコツがあるのよ！



レトルトごはんは、横に積んで保管するべし！

製品が立てられた状態で置かれたり、長時間温かいものの近くに置かれた場合、**パッケージ内の水分が移行して、乾燥した部分と水っぽい部分ができる**ことがあります。



POINT 長期間保存する場合は置き方にご注意！

商品を**水平に保ったまま積み重ねる**ことで、中の水分が偏ることなく適度で均等な柔らかさで食べられます。



縦積み



横積み

豆知識

無駄なく上手に備えるランニングストックのすすめ

一般的な備蓄のイメージとして、カンパンなどの長期保存が可能な食品を思い浮かべますが、こういった非常食以外に、**日常生活の中で使っている食品を備蓄に利用する「ランニングストック」**という方法も提唱されています。ランニングストックとは、普段から食べている食品を多めに確保し、賞味期限の近づいたものから消費すると同時に、また新しいものを補充していく方法です。非常用として特別なものを用意するのではなく、**いつも食べ慣れている食品**を備蓄に利用することができます。普段使いの食品をうまく補充し、無駄なく消費することで、防災の備えを充実させるだけでなく、非常時に対する心構えを思い起こす、そのような新しい備蓄のサイクルも今後広がっていくでしょう。



うちも早速備えておこう！

