



**新米の季節**

**土鍋やフライパンでも美味しく炊ける！  
 アクアクララで新米を炊いてみよう。**

炊き上がり時間をセットでき、手間なくご飯が炊ける電気炊飯器。とても便利ですが、実は土鍋やフライパンでも炊飯できるんです。少ない量を炊きたい時、時短したい時などにもおすすめ。さらに、災害などで停電して電気炊飯器が使えない時にも、カセットコンロを利用すれば炊飯が可能。知って便利！アクアクララのお水を使って炊く美味しいご飯の炊き方をご紹介します。

**土鍋で炊く**

**陶器・セラミックの土鍋**

鉄製、鍍物、アルミ製などのお鍋でもOK！  
 ご自宅にあるもので  
 お好みの炊き上がりを試してみましょう。

お米は「ゆるやかに加熱する」ことで甘みが引き出されます。土鍋は熱伝導率が低く温度上昇がゆるやか。保温性、蓄熱性が抜群で、蒸らしている間の温度も下がりにくく、じっくり加熱することで芯までしっかり水分が浸透します。結果、一粒一粒がふっくらとして甘みを感じる、つやつやご飯が炊けるのです。

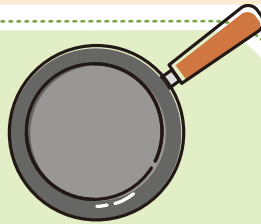


強火にかけ沸騰したら、弱火にして15分加熱します。最後に5秒ほど強火にして火を止め、10～15分ほど蒸らして出来上がり。

**ここがポイント！** ふっくらつやつやご飯が炊ける 美味さと時短炊飯の両立ができる

**フライパンで炊く**

平らな形状でお米が対流しやすく熱伝導が良いフライパンは、加熱ムラが起りにくいので時短でありつつ、比較的ふっくらと炊き上がります。フッ素樹脂加工のフライパンは、お米がくっつきにくいので炊飯後の手入れも楽です。



強火にかけ沸騰したら、弱火にして10分加熱します。10～15分ほど蒸らして出来上がり。

**ここがポイント！**  
少量炊飯にむいています

**美味しく炊くコツ！**

**計量** お米、水は計量カップで正確に計りましょう。お米1合(180cc)に対して水200ccが必要です。

**洗米** お米は最初に入れた水を一番吸収し、洗米で半分以上の水を吸収するので、美味しい軟水のアクアクララで洗米しましょう。最初の研ぎ水は研がずに手早く捨て、その後、2～3回研いで水が透明に近くなったらOK。(無洗米の場合はそのままアクアクララを入れるだけ)

**浸水** 少なくとも、夏は30分、冬は1時間、余裕があれば2時間、しっかり浸しましょう。お米の芯まで水を吸収させます。

**蒸らし** 炊き上がったたら10～15分蒸らしましょう。底から返すようにふっくらと混ぜ湯気を逃して余分な水分を飛ばします。

**レンジで炊く**

電子レンジ調理器を使って一食分だけを簡単に炊飯。炊きたての美味しいご飯を味わえます。



加熱は500Wで約5分、1度取り出してお米を混ぜ、ラップをかけて再度200Wで5分加熱。10分前後蒸らして出来上がり。

**ここがポイント！**  
時短炊飯ができます

**ホットプレートで炊く**

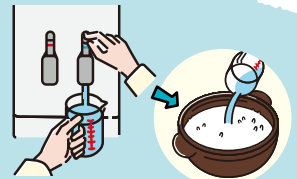
具材と一緒に炊き込みご飯やパエリア風アレンジも簡単にできます！



お米をホットプレートに入れ、水をお米の表面1～2mmほどになるまで注ぎます。蓋をして、最高温度で沸騰するまで加熱します。大きな泡が出なくなり水分がなくなってきたら保温にし、水気がなくなったら加熱をやめ、蒸らして完成。

**ここがポイント！**  
少量炊飯にむいています

**アクアクララの冷水で美味しいご飯！**



ご飯を炊く時は、できるだけ冷たい水を使うのがおすすめ。お米に含まれるでん粉を分解する酵素は30℃前後の温度帯で活発に働きます。冷たい水で炊き始めると、沸点に達するまでにより多くの時間が必要なので、その温度帯の時間が長くなり、ふっくらとした適度な粘り気のある美味しいご飯が炊けるのです。アクアクララの冷水をそのまま使えばOK！是非、お試しください。

※炊飯器以外を使用する際は、各器具の仕様や取扱い方法等をご確認の上ご使用ください。

「チャプリン通信」は「マイアクア」でもご購入いただけます。

「マイアクア」は、アクアクララ会員様専用サイトです。ご不明な点は、アクアクララ担当販売店にお問い合わせください。

マイアクアのご登録はこちらから  
<https://www.aquaclara-svr.com/>



お水をお届けしているポーターを紹介しています！フォローといいね！をお願いします。



アカウント名  
**@TEAM\_AQUACLARA**



# お友達紹介

ご紹介は  
今がチャンス!

## キャンペーン2023

キャンペーン期間：2023年8月1日(火)～11月30日(木)

是非、お友達やご家族へアクアクララをご紹介ください。期間中ご紹介いただいた方、された方を対象に総額100万円相当の豪華賞品が当たるチャンスです!ご不明点やお申込用紙についてはアクアクララ販売店までお問合わせください。

他にも  
豪華賞品が  
いろいろ



etc...



etc...

医師も  
アクアクララを  
推奨



宅配水初! 100名中**96%**の医師が  
アクアクララを勧めたいと評価しました。

お友達やご家族へアクアクララを是非おススメください。  
紹介者の方も、新規入会の方も全国各地でも  
お友達紹介で豪華賞品が当たるチャンス!

※2023年5月 AskDoctors調べ 調査対象:内科医(100名)

合計**5,000**名様に当たる!

応募  
方法

1 シールを集めて応募コース

応募用紙にボトルキャップシールを貼り必要事項を記入のうえ「ほっとHotキャンペーン事務局」宛に送付してください。応募用紙はアクアクララ販売店へお申し付けください。

第1回締切日:2023年12月15日(金) ※到着分

第2回締切日:2024年1月31日(水) ※締切当日消印まで有効

2 マイアクアでWEB応募コース

マイアクアより購入いただいたキャンペーン期間中のボトル(8本1口)が対象となります。応募ボタンよりエントリーしてください。エントリー(応募)は1回で完了いたします。

応募締切:2024年1月31日(水)

詳細は、ほっとHotキャンペーン

公式サイトをご確認ください。

ほっとHotキャンペーン公式サイト

<https://www.aquaclara.co.jp/hot/>

マイアクアでの  
応募はこちら

ほっとHot  
キャンペーン

開始日  
11月1日(水)~

キブンちょい上げおやつパーティタイム

## チャプリンプレゼント

クイズに正解した方から抽選で素敵なプレゼントが当たる!

### 今月のプレゼント

フリーズドライ  
お味噌汁・スープ詰合せ

20名様



トートリュック  
避難セット

20名様



アクアクララオリジナル  
チャプリンどんぶり

10名様



### 応募方法

クイズの答え、希望プレゼント賞品名、アクアクララにご登録の氏名・郵便番号・住所・電話番号・性別・年齢・担当販売店・当社サービスや製品に対する「ご意見・ご感想」をお書きいただき、マイアクア(本文右下のQRコード)又は官製ハガキにて応募ください。(マイアクアから応募される際は、クイズの答えと希望プレゼントの選択のみとなります。)※当選は賞品の発送をもってかえさせていただきます。※当選品の受取拒否、宛先不明等による返品が発生しております。会員様のご家族等、ご本人以外の方が応募される場合はご注意ください。

スマホor PCで応募! **マイアクア** ※専用URL又はQRコードからアクセスしてください。

[https://www.aquaclara-svr.com/campaign\\_list.html](https://www.aquaclara-svr.com/campaign_list.html)

受付期間:2023年10月2日(月)~10月31日(火)

ハガキで応募! **※切:2023年10月31日(火)消印有効**

〒108-0075 東京都港区港南1丁目6-31 品川東急ビル4階  
アクアクララ株式会社『チャプリン通信』vol.98プレゼント係

< Vol.95 当選者発表・クイズの答え >

「特大 鹿児島産うなぎ蒲焼セット」宮城県 I.W様 他9名、「キャプテンスタッグ ラフォーレ ベンチンテーブルセット」東京都 I.T様 他2名、「アクアクララオリジナル チャプリンどんぶり」埼玉県 K.T様 他9名 クイズの答え/① B.アクアクララポーター、② A.担当している

### クイズ

- 1 アクアクララのお水には何種類ミネラルが含まれている?  
A. 1種類 B. 2種類 C. 3種類 D. 4種類
- 2 アクアクララのお水(軟水)は、赤ちゃんのミルクにも使える?  
A. 使える B. 使えない

### ヒント

### アクアクララは日本人に合う「軟水」

アクアクララのお水は、現代人に必要な4種類のミネラル成分(カルシウム・ナトリウム・カリウム・マグネシウム)をバランスよく配合した硬度29.7mg/Lの軟水です。軟水は味があっさりしてケセがないため、昆布やかつおだしなどのうまみ成分を引き出し、和食に適していると言われてます。また赤ちゃんのミルクはもちろんのこと、ペットの飲料水としても安心です。

【個人情報の取扱について】に同意された方のみご応募ください。

【個人情報の取扱について】本書面のプレゼント等のお申込みによりアクアクララ株式会社 個人情報保護管理者:営業担当役員【電話:03-5715-7211】がお預かりした個人情報は、① プレゼント等の申込み受付処理、抽選・発送 ② サービスや製品のご意見ご感想の収集・分析 ③ 業務上必要なご連絡をするため ④ 本人から請求の個人情報の利用目的の通知・開示・訂正・追加・利用停止等については、弊社コールセンター【0120-331-626】までお問合わせください。お客様本人と確認でき次第対応いたします。

本01230910703