



ぽりぶくろくっきんぐ ポリ袋クッキング



災害時などに役立つ調理方法です。

必要な材料をポリ袋にいれ、空気を抜いた状態で加熱をするので、中が真空状態になり効率よく調理ができます。

通常の調理より水が少なく済み、一つの鍋でいろいろな料理が同時にできるなどのメリットがあります。

ポリ袋は半透明の食品用の表示があるもの、高密度ポリエチレン製のものが適しています。