

乾燥黒いきくらげの戻し方

<通常>



水orぬるま湯に
黒いきくらげを入れる



約20分経過



約40分経過



完成

40分～180分を目安に、好みの
戻り具合で使用下さい

<時短>



90度以上のポットのお湯をボール
に入れ、黒いきくらげを入れる



30分後

約30分～120分を目安に、好み
の戻り具合でご使用ください

◇水溶性の栄養素が詰まった戻し汁◇



◇戻し時間の目安◇

ポットの熱湯を使用した場合（約30分～） ぬるま湯を使用した場合（約45分～）
水を使用した場合（約60分～）

◇乾燥きくらげの湯がき方◇

※水やぬるま湯で戻し、サラダや酢の物などの生食で召し上がる際は、必ず湯通ししてください。

①沸いたお湯の中で、約30秒～40秒湯がく。②お湯を捨て、冷水で冷ましてください。

美肌成分たっぷり。TVでも紹介された戻し汁は、スープや煮物などにご活用下さい。仁淀川きくらげは安心安全の無農薬、無殺虫剤です。