



サリークイーン

～美味しい炊き方～



インド Basmati 米の血を引く日本生まれの香り米、サリークイーンをお楽しみください！



- サリークイーンの分量を計る。
- サリークイーンを洗う。日本米のように何度も水換えしてギシギシ研がない。
- ざっくり流して浮いたゴミを流す程度にとどめ、**汁が白濁したままで切り上げる。**
- そのままサリークイーンがひたる程度の水に浸ける。
- 30分～1時間程度吸水**させ、透明だったコメが白くなったら吸水完了。
- 吸水が長過ぎるとふやけるので、ザルに上げて水を切る。

追加で欲しい時は
こちらから。減らし気味の水加減が命！
炊飯器で炊く

- 炊飯器の目盛通りの水加減ではベチャベチャになる。減らし気味の水加減が命！
- 炊飯器のクセによって違うが、おおむね1割、場合によっては2割水を少なくする。
- このため、洗米前の計量をきっちりしておく必要がある。
- 例えば、**サリークイーン3合（洗米前）なら釜の水目盛り2.7合くらいの水に。**
あるいは、サリー3.3合に対して水目盛りは3合、とか。
- 吸水したコメに加減した水を加え、**白米モード**でスイッチオン！
- 炊き上がったら出来上がり！ベチャついたら次回は水を減らすなど工夫してください！

パスタを茹でるように炊く！
鍋で炊く ～茹でこぼし法～

- インドには炊飯器はなく、たっぷりの湯でパスタを茹でるように炊いています。
- この場合、コメの計量はアバウトでOK！大事なのはたっぷりの湯と茹で時間！
- 鍋（片手鍋推奨）で湯を強火で沸かす。**湯量の目安はサリー1合あたり700ml**ぐらい。
- 水を切ったサリークイーンをグラグラ沸騰する熱湯に一気に投入！
- パスタと同じく、最初はくっつかないように菜箸で**適当に混ぜる。**
- 再沸騰してきたら、沸騰を維持しつつ吹きこぼれないよう火を加減、適宜混ぜる。
- ソーメンやパスタ同様、時々つまんで硬さ・火の通り加減を味見チェック。
- 再沸騰から**3分くらい**経過すると、芯がなくなって来て粒長も1.3倍くらいに伸びる。
- その頃、好みのアルデンテ感で火を止め、流して**ザルにあげる。**
- パスタのようにツルツと出ないので、お玉でかき出しながらあげる。片手鍋が便利。
- ザルを振ってしっかり湯切りを行う。湯切りしたら大皿、寿司桶などに広げる。
- 薄く広げて蒸気を飛ばしたら**、さらさらサリーの出来上がり！
- ※茹でこぼし法は、湯切り後に鍋の蓋を閉めて蒸らすのが本場式かもしれませんが。
- ※バスマティに比べて柔らかいサリークイーンは、蒸らし無しが良いと思います。

保存方法

おすすめの保存場所は冷蔵庫。常温保存をする場合は直射日光を避け、温度は15℃以下、湿度が低く風通しの良い場所で保存してください。