

どう違う？アルファ化米とFD ご飯

アルファ化米と
フリーズドライご飯

どっちもお湯をかける
だけで食べられるけど
どう違うの？

最近は味の
種類も豊富に
なりましたね

ここにまとめてみましょう

	製法	もどし時間	特色
アルファ化米	ご飯を高温で急速乾燥	熱湯で <u>15~20分</u> 水で <u>60分</u> ほど	<ul style="list-style-type: none">・炊きたてのご飯の味や食感に近い・ほぼ非常食向け
フリーズドライご飯	ご飯を凍結し真空状態にして乾燥	熱湯で <u>3分</u> 水で <u>5分</u> ほど	<ul style="list-style-type: none">・食感が少し劣る（スポンジ状）・もどさずにそのまま食べられるものもある・<u>ふだんの食事向け</u>も多い

なるほどー
大きいのは
もどし時間の
差ね

アルファ化米苦手って
人もいるから両方
試してみた方が
よさそう

価格や保存期間は
商品によって違うので
買う際に比較して
みて下さい