



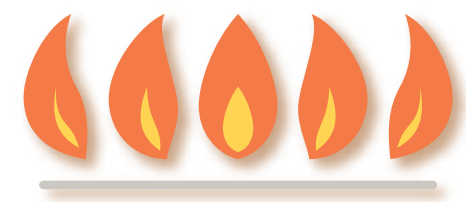
火加減の表現について

調理時における火力の表現です。料理ではよく使う表現なので覚えておくと便利です。



強 火

鍋底全体に火があたる程度の火加減です。
お湯を沸かしたり野菜を炒めたりするときに使います。



中 火

鍋底に炎が少しあたる程度の火加減です。
レシピに特に指定のないときは中火を使いましょう。



**中火の弱火
(中弱火)**

中火と弱火の間ぐらいの火加減で、中火よりはやや弱めです。
揚げ物では一定の温度に保つときに役立ちます。煮物ではジャガイモなど煮崩れしやすい具材に火が早く通るため煮崩れしづらいです。



弱 火

炎の先が、強火の半分（鍋底と火元の真ん中）ぐらいの位置の火加減です。
牛すね肉やカレーなどコトコトと時間をかけて煮込む料理に向いています。



とろ火

弱火よりもさらに弱くほんの小さな炎がついている程度の火加減です。
主に保温の時に使います。

