

# 火力について

## 強すぎ

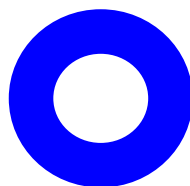
なべ全体を包む炎。

ふたに燃え移ります。

料理も焦げてしまいます。

## ちょうどよい

なべ底に届く炎。



## 弱すぎ

なべ底になんとか先が  
つくくらいの炎。

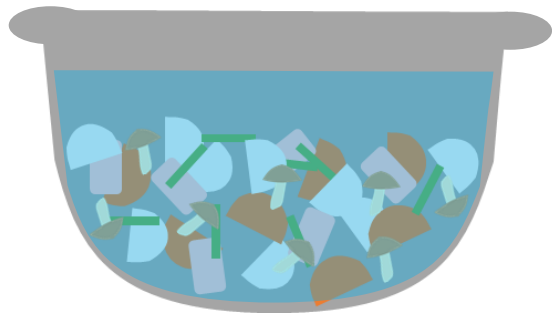
時間がかかりすぎます。



# 鍋の水の量について

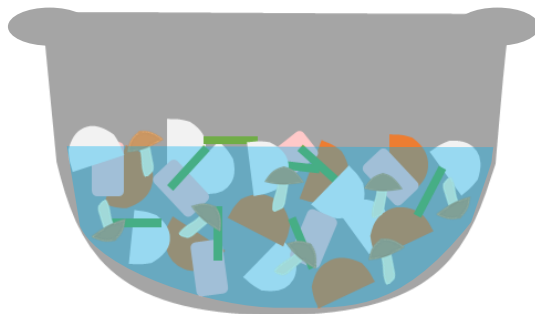
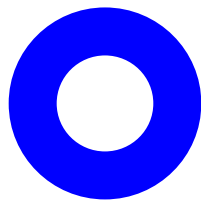
## 多すぎ

鍋いっぱいの水。  
煮込みに時間がかかり、  
ルーや味噌が足りなく  
なってしまいます。



## ちょうどよい (ひたひた)

具材の表面が見えるくらい。  
効率よく熱が伝わり、しっ  
かり煮込むことができます。



## 少なすぎ

具材が水に浸かっていない。  
十分に火が通らなかったり、  
焦げたりします。

