

はじめておうちdeクッキング♪

これだけは揃えたい!

調理器具チェックリスト

		目安	<input checked="" type="checkbox"/>
1	炊飯器 	3合炊きくらい	<input type="checkbox"/>
2	鍋 	18cmくらい	<input type="checkbox"/>
3	フライパン 	フッ素樹脂加工	<input type="checkbox"/>
4	電子レンジ 	オーブン機能つき	<input type="checkbox"/>
5	菜箸 	1~2組	<input type="checkbox"/>
6	しゃもじ 		<input type="checkbox"/>
7	玉じゃくし 	穴あきもあると便利	<input type="checkbox"/>
8	フライ返し 		<input type="checkbox"/>
9	ピーラー 		<input type="checkbox"/>
10	包丁 		<input type="checkbox"/>
11	まな板 	合成樹脂製(魚・肉と野菜類は区別して使いましょう)	<input type="checkbox"/>

		目安	<input checked="" type="checkbox"/>
12	ボウル 	大小1つずつ	<input type="checkbox"/>
13	水切りざる 	大小1つずつ	<input type="checkbox"/>
14	おろし器 		<input type="checkbox"/>
15	計量カップ 	200mlのもの	<input type="checkbox"/>
16	計量スプーン 	5cc=小さじ 15cc=大さじ	<input type="checkbox"/>
17	はかり 	デジタルがおすすめ!	<input type="checkbox"/>
18	ふきん 	食器用と台拭き用	<input type="checkbox"/>
19	ラップ アルミホイル 		<input type="checkbox"/>

さらにあると便利♪

- タッパー (作り置きに保存に!)
- ジッパー付きポリ袋 (食品のストック時に!)

