

「ぎゃあああ、また
やっちゃっ
たああ!!!」……

お鍋のお焦げ取りのレキキュー! 知ってますか?

仲良しコンビがお手伝いしま



鍋の焦げを
タワシやク
レンザーで
力任せにこすり取ると、せっかくのお鍋の寿命が早
まります。

鍋の種類や料理ごとに、重曹、酸素系漂白剤、ま
た酢を使ってレスキューのやり方を覚えておくと大
事なお鍋を蘇らせる事ができます。

久々の重曹特集です、ご紹介しましょう。

(by 編集部:工藤 元子)



寒い冬は煮物や鍋物料理が多くなります。
コトコト煮て美味しく…しかし、ついっかかり火にか
けていたこと忘れて「鍋を焦がしてしまった〜!!」、
お料理も鍋も無残に…。何回痛い目に会えば気が
済むのでしょうか!とがっかりするのが「お鍋の焦げ付
き」です。

うっかり火を強めすぎたり、チラッとテレビを
見るつもりが夢中になっていたり、携帯電話でのお
話でお鍋のことを忘れてしまって…そのうちに、キッ
チンから怪しい匂いと煙、ジリジリとした音が
「うあつ~~~~!!」。

『ステンレス鍋』の場合

1) 重曹を使う。

- ①コップ一杯の水に対し大さじ2程度の重曹を入れ、ぐ
つぐつと10分程度煮て下さい。(沸騰したら鍋から吹
き出しやすいので注意!!)
- ②それをそのまま冷まし、冷めたところで箸や棒で焦げ
を突くと、ポロポロと取れて来ます。

2) クエン酸、またはお酢を使う。

重曹で取れなかったら、新しく水を張り、コップ一杯に対
し大さじ1程度のクエン酸を入れて同じようにグツグツと
煮てみて下さい。

それでも落ちない焦げ付きは3日程天日干してみてください。
カラカラに乾燥すると焦げがはがれやすくなります。
クエン酸がなければ食酢でも構いません。

酢の場合は、焦げの部分が隠れる程度に水を入れ、
お酢を大さじ2杯程度入れます。

沸騰したら火を弱め
て10分くらい煮ま
す。
焦げが取れたと感じ
たら、後は食器用
洗剤をつけてよく洗
い落して下さい。



●本曾路物産
重曹

600g …432円
1kg …648円
2kg…1,080円

●本曾路物産
クエン酸

300g …486円
600g …864円
1kg…1,296円

3) 酸素系漂白剤を使う。

過炭酸ナトリウムが分解されて出る酸素の発泡力と、その
後に残る炭酸ソーダのアルカリの力で焦げを浮かせるま
す。

焦げついた鍋に大さじ1くらいの酸素系漂白剤を入れ、
そこに40~50℃くらいのお湯を注いでしばらく放置しま
す。過炭酸ナトリウムの量は鍋の大きさや焦げ具合によ
って加減してください。焦げに変化が見られないときは同
じ手順をくり返してみましよう。

『土鍋』の場合



・軽い焦げならば…まずは、ぬるま湯に土鍋を浸すこと。

そのまま、一晩おいておき、ぞうきんかキッチンペーパーで丹念にこすり取り。

・それでも取れない場合は・・・

重曹とクエン酸(また酢)を使って、「ステンレス鍋」と同じようにしてトライ
してください。一度で落ちきらない頑固な焦げは2回、3回と繰り返します。

ポイントは「水からはじめて煮立たせる」ことです!!

お湯に重曹を加え…では重曹の威力があまり発揮されないので注意してください。

※土鍋はクレンザーや金属タワシでこするのは危険です。

土鍋はその名のとおり「土」出でていきますから、金属タワシでこすると細かい傷
が出来て、そこからひび割れる原因になります。

またクレンザーでこするとクレンザー自体を「土鍋」(土)吸収させてしまいます。

『アルミ鍋』の場合

・台所用洗剤とクエン酸か酢を使う。

- ①台所用洗剤と酢を少量、焦げた部分が浸されるまで入
れます。
- ②沸騰させなくてもよいですが、熱くなるまで温め、しば
らくそのままにしておきます。

③鍋に入っているお酢と洗剤を捨てて、天日干しします。
その後古い布で焦げた部分を擦ると簡単に取れます。

※アルミ鍋は、重曹や酸素系漂白剤などアルカリ性の
ものを使うと「黒くなってしまふ」ので、使用しないで
ください。

『テフロン鍋』の場合

・重曹を使う。

テフロン加工されている鍋の焦げを取る場合は、重曹をお
湯に溶かしつけ置き洗いを。

スポンジでゴシゴシ擦ってしまうと、せっかくのテフロン加
工が取れてしまうのでやめましよう。

重曹でも、なかなか落ちない〜〜?!

◆ポイント1:

「重曹」を使用する場合、「量は意外と多め!」です。
重曹の分量は、水1カップ(200ml位)に対して大さじ2杯程度です。

◆ポイント2:

最初に鍋に入れるのはお湯からではなく、水に重曹を入れて、ゆっくり温め、「重
曹が仕事しやすい状況」すると汚れをジワジワ溶かすといった感じです。
(強火にしない!!沸騰しやすいので注意を!)

◆ポイント3:

1回で落ちなくても、2回、3回と繰り返すうちに落ちやすくなる。

◆ポイント4:

- ・重曹を使う汚れは・・・一般的な食べ物の汚れは酸性です。
ご飯、お肉、お魚などを焦がした場合は重曹を。
- ・クエン酸や酢を使う汚れは・・・野菜、果物、キノコなどの焦げはアルカリ性。
クエン酸やお酢を使った方がよくとれます。酢の場合、鍋に入れる水1リット
ル程度に対して、60ml~80ml程度。クエン酸は小さじ半分。
あとは重曹同様に、しばらく煮立てた後数時間放置し、洗います。



●シャボン玉
酸素系漂白剤
750g…432円

●シャボン玉
EM食器洗い液体
せっけん 300ml…346円
●台所用せっけん
300ml…345円