

肉

蒸し物

バンバンジー

スチーマー

自動加湿オープン
オープン



●材料<1バッチ 20人分>

鶏ささみ	1000 g
酒	30 g
きゅうり(千切り)	400 g
トマト(5mmスライス)	300 g
胡麻ソース	400 g
長ネギみじん切り	200 g

●作り方

1. 材料をカットする
2. ささみをボールに入れ、酒をふって軽く混ぜる
3. 穴あきホテルパンに鶏ささみをセットする
4. 予熱されたスチームコンベクションオーブンで加熱する(モード①)
5. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
6. 4を取り出し、冷却する
7. 5を食べやすい大きさにカットする
8. 器に盛り付け提供する

加熱前



加熱後



●機器設定

	モード	設定温度	目安時間	加湿	風量	使用備品
①	スチーマー	85℃	10分	—	強	1/1穴あきホテルパン

●ポイント

85℃の低温でのスチーム効果でパサつきがなく、肉がやわらかく仕上がります。