

魚介

蒸し物

# イカと枝豆のサラダ

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>

いか(松笠切)	600 g
冷凍枝豆	600 g
長ネギ(斜めスライス)	600 g
セロリ(斜めスライス)	300 g
貝割れ大根	100 g
和風ドレッシング	150 g

●作り方

1. 材料をカットする
2. 穴あきホテルパンに、いか・冷凍枝豆・長ネギセロリをセットする。
3. 予熱されたスチームコンベクションオープンで加熱する(モード①)
4. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
5. 4を冷却する
6. ボールに5と貝割れ、和風ドレッシングを入れて軽く混ぜる
8. 器に盛り付け提供する

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	98℃	5分	—	強	1 / 1 穴あきホテルパン

●ポイント

夏にぴったりの爽やかなサラダです。