

主食

煮物

親子丼



●材料<1バッチ 10人分>

鶏もも肉	560 g
片栗粉	60 g
玉葱(縦1/2カットスライス)	800 g
卵	500 g

【煮汁】

醤油	130 g
みりん	70 g
砂糖	16 g
だし汁	500 g

ごはん 適量

●作り方

1. 材料をカットする
2. ボールに卵を割り入れ、軽く攪拌する
3. カットした鶏肉に片栗粉をうすくまぶす
4. 鍋に【煮汁】の材料を入れて沸騰させる
5. ホテルパンに玉葱、③の鶏肉、④の煮汁を入れて蓋をする
6. 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)
7. ⑥を取り出し、軽くほぐした卵を加えて蓋をする
8. 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②)
9. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
10. ご飯を盛った器にかけて提供する

加熱前

途中

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	自動加湿オープン	140℃	20分	90	強	1/1 ホテルパン・蓋
②	自動加湿オープン	140℃	6分	90	強	1/1 ホテルパン・蓋

●ポイント

鶏肉に片栗粉をまぶす事で、やわらかく、のどごし良く仕上げる事が出来ます。
黄身と白身をあまり混ぜないようにするときれいに仕上がります。