

野菜類 揚げ物風

アスパラの春巻き

スチーマー
自動加湿オープン
オープン



●材料<1バッチ 10本分>

アスパラガス	10本
春巻き皮(大)	5枚
スライスチーズ	5枚
塩・胡椒	
小麦粉	適量
水	適量
オイルスプレー	

●作り方

1. アスパラガスの根元の固い部分をカットする
2. 下の部分の皮をむく
3. 春巻きの皮を半分にカットし、軽く塩コショウをふる
4. 3にアスパラとスライスチーズを棒状にカットしたものをおく
5. 4をくるくると巻き、小麦粉を水で溶いたもので巻口をとめる
6. 焼き皿に5を並べ、オイルスプレーをかるくかける
7. 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)
8. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
9. お好みの長さにカットし、器に盛り付ける

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	オープン	200℃	6分	-	3	1/1 焼き皿
②						

●ポイント

中からチーズが溶けだすので巻口をしっかりととめて下さい・
(溶けたチーズも香ばしく美味しく頂けます)
オイルスプレーは使用しなくてもサクサクと仕上がります