

豆類

揚げ物風

ポップビーンズ

スチーマー
自動加湿オープン
オープン



●材料<1バッチ分>

水煮大豆	700 g
片栗粉	55 g
油	55 g
塩	適量

●作り方

1. 大豆の水気を切る
2. 1に片栗粉をまぶし、油を混ぜる
3. グリルパンに2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プンのステップモードで加熱する(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. 5をボールに移しバラバラにしながらかき混ぜ塩をまぶす
7. 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	STEP1：自動加湿オープン	200℃	7分	30	中	1/1グリルパン
	STEP2：オープン	230℃	8分	—	強	

●ポイント

ポップビーンズは大豆に片栗粉をまぶし、唐揚げ風にしたものです。
香ばしくカリカリした食感でおやつ感覚で食べられます。
加熱後網に重ならない様に広げて冷ますことで蒸気が抜けカリカリになります。