

野菜

揚げ物風

フライ風ポテト

スチーマー
自動加湿オープン
オープン



●材料<1バッチ 10人分>

じゃが芋(スティック状)	450 g
塩	3 g

●作り方

1. じゃが芋をカットする
2. 穴あきホテルパンに1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. 3を取り出し、オープンシートを敷いた焼き皿に並べる
5. 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)
6. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
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	スチーマー	130℃	5分~8分	-	強	1/1穴あきホテルパン
②	オープン	190℃	10分	-	中	1/1焼き皿

●ポイント

油を使わず調理することでヘルシーに手軽に調理できます。
加熱後に塩やお好みのスパイスを振りかけて下さい