

肉類

焼き物

鶏肉の柔らかか塩麩焼き



●材料<1バッチ 10人分>

鶏もも肉(一口大)	25g × 40 個
塩麩	120 g
片栗粉	150 g

●作り方

1. 鶏もも肉をカットする
2. 1に塩麩を加えてまぶし、少し漬けておく
3. 2に片栗粉を加え、全体を混ぜる
4. グリルパンに3をセットする
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①)
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	自動加湿オープン	200℃	10分	90	4	1/1グリルパン

●ポイント

塩麩を使用して鶏肉をやわらかく、油を使わずに仕上げることが可能です。
漬込み時間はお好みで調整してください。