

魚介

焼き物

秋刀魚の塩焼き

スチーマー
自動加湿オープン
オープン



●材料<1バッチ 10人分>

秋刀魚	10尾
塩	適量

●作り方

1. 焼き皿に秋刀魚を並べ塩をふる
2. 予熱されたスチームコンベクションオーブンで加熱する(モード①)
3. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
4. 器に盛り付け提供する

加熱後

加熱前



●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	300℃	8分	10	強	1/1 焼き皿

●ポイント

300℃の高温加熱で、焼き魚の皮を香ばしくパリッと仕上げることができます。
加湿を入れることによりふっくらと仕上がります。
脱水するため、塩は焼く直前にふってください