

—

焼き物

グラノーラ



●材料<1バッチ>

オートミール	160 g
押し麦	40 g
スライスアーモンド	35 g
くるみ(刻む)	35 g
ロングココナッツ	25 g
パンプキンシード	20 g

★	メープルシロップ	40 g
	ブラウンシュガー	40 g
	サラダ油	25 g

お好みのドライフルーツ

●作り方

1. ナッツ類が大きい場合はザクザクと刻んでおく
2. ★の材料をボールにあわせる
3. 2のボールにドライフルーツ以外の全ての材料をいれる
4. 全体がよく絡まるように良く混ぜ合わせる
5. 焼き皿にオープンシートをひいて4を広げる
6. 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)
7. 焼きあがったらドライフルーツをあわせしっかりと冷ます
※途中15分ごとにかき混ぜるとより良く仕上がります

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	オープンモード	120℃	60分	—	弱	1/1 焼き皿
②						

●ポイント

オートミールはサクサクに、押し麦は固くてかみごたえがある仕上がりになります。
お好みで割合を調整して下さい
風量は弱にし、ゆっくりとローストして下さい