

ライスコロケ

ステップモード



●材料<1パッチ 15人分>

ご飯	1000 g
ミートソース	40 g
塩	少々
こしょう	少々
チーズ	90 g
小麦粉	適量
卵	適量
焼きパン粉	150 g

●作り方

- ① ボールにご飯とミートソースを混ぜ、塩、こしょうをする
- ② ①を丸め中心にチーズを入れる
- ③ ②に薄力粉、卵、焼きパン粉の順に衣付けする
- 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ブンのステップモードで加熱する
- 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
STEP1 自動加湿オープン	200℃	7分	30	中	1/1グリルパン
STEP2 オープンモード	230℃	3分	—	強	



予め焼き色を付けたパン粉を使用することで食感よく仕上がります。具材を変えることでバリエーションが広がります。焼き皿は波状のもの、もしくは網を敷くなどすることで裏側が水蒸気で蒸れることが少なくなります。