

魚介類

焼き物

赤魚の塩麴焼

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>

赤魚	80g × 10 個
塩麴	80 g

●作り方

1. 赤魚はカットし、水分を拭き取る
2. 真空袋に1と塩麴をまんべんなく入れ、真空パックする
3. 冷蔵庫に入れ、しばらく漬けこむ
4. 3を袋から取り出し、オープンシートをしいた焼皿に並べる
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

真空パック後



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	250℃	10分	90	3	1 / 1 焼皿

●ポイント

塩麴を使用して魚をやわらかく、仕上げる事が可能です。
漬込み時間や分量はお好みで調整してください。