

# 水晶鶏 梅肉添え

スチーマーモード



## ●材料<1バッチ 10人分>

鶏むね肉 (2枚分)	500 g
酒	20 g
塩	少々

添え野菜	適量
梅肉	

## ●作り方

- ① 鶏肉を一口大のそぎ切りにする
- ② ①の鶏肉に酒と塩を絡める
- ③ 片栗粉を薄くまぶし、穴あきホテルパンに並べる
- ④ 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)
- ⑤ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑥ ⑤を取り出し、氷水にとり冷却する
- ⑦ 器に添え野菜と共に盛り付ける
- ⑧ 梅肉を添えて提供する。



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 スチーマーモード	85°C	20分	-	強	1/1穴あきホテルパン



## Point

85°Cの低温でのスチーム効果でパサつきがなく、肉がやわらかく仕上がります。