

焼うどん

自動加湿オープン



●材料<1パッチ 8人分>

ゆでうどん	6 袋
キャベツ (ザク切り)	1 8 0 g
もやし	1 5 0 g
人参 (短冊)	4 5 g
豚バラスライス	1 5 0 g
椎茸	7 5 g
玉葱	1 0 0 g
天かす	3 0 g

【調味料】

サラダ油	3 0 g
水溶き片栗粉 (水：片栗粉=1：1)	3 0 g
ほんだし	1 0 g
醤油	6 0 g
味塩こしょう	3 g
ごま油	7 g

●作り方

- ① 材料をカットする
- ② ゆでうどんをホテルパンにセットし、サラダ油と醤油を絡める
- ③ 野菜をボールに入れ、水溶き片栗粉を加えてからめる
- ④ ②のうどんの上に、③の野菜・天かすをセットする
- ⑤ ほんだし、味塩こしょう、ごま油をかけ
最後に豚肉をひろげて並べる
- ⑥ ⑤を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 ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑧ うどんと野菜をよく混ぜる
- ⑨ 器にもりつけ、かつおぶし・青のり・紅ショウガなどをお好みでトッピングする



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 自動加湿オープン	2 2 0℃	5分	9 0	強	1/1ホテルパン



鍋釜の調理に比べ焦げ付きがなく、麺がちぎれません。
野菜で水分を防ぐため、今回は水溶き片栗粉でコーティングしました。