

れんこんのシャキシャキきんぴら

自動加湿オープン



●材料<15人分>

| | |
|-----|-------|
| 蓮根 | 600 g |
| 醤油 | 50 g |
| 砂糖 | 20 g |
| みりん | 30 g |
| ごま油 | 15 g |
| 鷹の爪 | 少々 |
| 仕上げ | |
| 白ゴマ | 適量 |
| ごま油 | 5g |

●作り方

- 蓮根をスライスし水にさらす（大きければ縦2等分）
- 調味料を計量し合わせておく
- レンコンの水気をよく切る
- ③ホテルパンにセットし②の調味液を入れよく混ぜる
- ④を平らに広げ、蓋をする
- 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)
- ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- 白ゴマと仕上げ用のごま油を加え、全体を良く混ぜ合わせる
- 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 |
|------------|------|------|----|----|------------|
| 1 自動加湿オープン | 180℃ | 15分 | 30 | 弱 | 1/2ホテルパン・蓋 |



加熱後、煮汁が多く残らない量で調味液をつくるのがポイントです。
シャキシャキの食感を残すよう加熱時間を調整します