

# キャベツの玉子とじ

自動加湿オープン



## ●材料<1パッチ 25人分>

キャベツ	1000 g
しめじ	125 g
鶏ひき肉	250 g
人参	125 g
卵	750 g

## 【煮汁】

醤油	150 g
みりん	50 g
砂糖	50 g
だし汁	50 g

## ●作り方

- ① 材料をカットする
- ② 卵はボールに割り入れ溶いておく
- ③ IH調理器に鍋をかけてだし汁を沸かし、鶏ひき肉を入れ泡だて器でほぐす
- ④ 残りの調味料を入れて沸騰させる
- ⑤ ホテルパンに①の野菜セットし、④の煮汁を加え蓋をする
- ⑥ 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)
- ⑦ ホテルパンを取り出し、溶いた卵を流し込む
- ⑧ 蓋をし、再びスチームコンベクションオーブンで加熱する(モード2)
- ⑨ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑩ 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
1 自動加湿オープン	140℃	10分	90	強	1/1ホテルパン・蓋
2 自動加湿オープン	140℃	7分	90	強	



煮汁の水分が少ないように感じますが、キャベツから水分が出るので大丈夫です。  
味の濃さはお好みで調整してください。