

筑前煮

自動加湿オープン



●材料<1パッチ 20人分>

鶏もも肉（一口大）	700 g
椎茸（1/4）	160 g
里芋（乱切り）	500 g
ごぼう（乱切り）	500 g
人参（乱切り）	300 g
蓮根（乱切り）	500 g
こんにゃく（乱切り）	400 g

【煮汁】

だし汁	800 g
みりん	100 g
酒	100 g
醤油	200 g
砂糖	100 g

●作り方

- ① 材料をカットする
- ② 鍋に湯を沸かし、こんにゃくを下茹でし水気を切る
- ③ ホテルパンに煮汁以外の具材を入れ、一番上に鶏もも肉をセットする
- ④ 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)
- ⑤ 鍋に【煮汁】の材料を入れて、沸騰させる
- ⑥ ブザーが鳴ったら④を取り出し⑤を加え、オープンシートで落とし蓋をし、ホテルパンの蓋をする
- ⑦ 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2)
- ⑧ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑨ 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	280℃	6分	30	強	1/1ホテルパン
2 自動加湿オープン	140℃	40分	90	強	1/1ホテルパン・蓋



設定温度を変えることで、同じホテルパンで連続して炒める、煮る調理ができます。焦げ付きがないので、油を使わずにヘルシーに仕上がります。焼き色が気になる場合は(モード1)の温度を低めに設定します。