

揚げ出し豆腐

自動加湿オープン



●材料<1バッチ 12人分>

絹ごし豆腐（6等分）	4丁
サラダ油	適量
片栗粉	適量

【なめこおろしあんかけ】

だし汁	500g
醤油	150g
みりん	150g
水溶き片栗粉	適量
大根おろし（水気をかるく切る）	360g
なめこ	240g

【薬味】

青葱
おろし生姜
刻みのり

●作り方

- ① 豆腐をしっかりと水切りする。
- ② 豆腐を6等分にカットし、サラダ油を絡める。
- ③ ②に片栗粉をまぶし、オープンシートをひいた焼き皿に並べる
- 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
- ⑤ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑥ だし汁に、醤油・みりんで味を調える。
- ⑦ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、大根おろし・なめこを加える
- ⑧ ⑤を器に盛り付け、⑦のあんをかける
- ⑨ 薬味を添えて提供する



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 自動加湿オープン	280℃	8分	30	強	1/1焼き皿



はじめに豆腐にサラダ油を絡めることにより、片栗粉が剥がれにくくなります。
加熱時間は豆腐の大きさにより調整して下さい。
あんや薬味はお好みのものを使用して下さい。