

# ポップビーンズ

ステップモード



## ●材料<1バッチ分>

水煮大豆	700 g
片栗粉	55 g
油	55 g
塩	適量

## ●作り方

- ① 大豆の水気を切る
- ② ①に片栗粉をまぶし、油を混ぜる
- ③ グリルパンに②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ブンのステップモードで加熱する
- ⑤ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑥ ⑤を網にうつし、バラバラにしながらかき混ぜ塩をまぶす
- ⑦ 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
STEP1 自動加湿オープン	200℃	7分	30	中	1/1グリルパン
STEP2 オープンモード	230℃	8分	—	強	



ポップビーンズは大豆に片栗粉をまぶし、唐揚げ風にしたものです。

香ばしくカリカリした食感でおやつ感覚で食べられます。

加熱後重ならない様に広げて冷ますことで蒸気が抜けカリカリになります。（できれば網の上で）