

# 土佐豆腐

自動加湿オーブン



## ●材料< 1 バッチ 12人分 >

絹ごし豆腐 (6等分)	4丁
小麦粉	50g
卵白	3個分
鰹節	40g
オイルスプレー	

大根おろし

おろし生姜

浅葱

めんつゆ

## ●作り方

- ① 豆腐を6等分にカットし、しっかりと水切りする。
- ② ①の豆腐に小麦粉を薄くまぶす
- ③ ②に卵白を絡め、鰹節をまぶしオイルスプレーをかける
- ④ オーブンシートをひいた焼き皿に並べる
- ⑤ 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
- ⑥ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑦ ⑥を器に盛り付ける
- ⑧ 薬味を添えて提供する



加熱前



加熱後

## ●機器設定

 モード 1 自動加湿オーブン	 設定温度 200℃	 目安時間 10分	 加湿 90	 風量 強	使用備品 1/1焼き皿
---	--	---	--	---	----------------



鰹節をつきやすくする為に卵白を使用します。その際、卵白はよく溶いたものを使用して下さい。