焼き物　肉類

NICHIWA Consulting Room

ポークピカタ

ステップモード

●材料＜１バッチ　８人分＞

豚ロース（80ｇ）	８ 枚
塩	少々
こしょう	少々
薄力粉	４５ ｇ
卵	１５０ ｇ
粉チーズ	１５ ｇ

●作り方

① 豚肉は下処理し、水気を拭き取っておく
② 卵を割りほぐし、粉チーズを混ぜる
③ ①に塩、こしょうをし、薄力粉、②の卵の順につけ、オーブンシートを敷いた焼き皿にセットする
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 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
STEP 1	自動加湿オーブン	２００℃	７分	３０	中	1/1焼き皿
STEP2	オーブンモード	２３０℃	３分	ー	弱	

Point

直接スチコンで焼いての調理が可能です。卵は付け過ぎると全体がくっついてしまうため少なめにした方が形よく仕上がります。卵を付けた後時間を置くと流れてしまいますので、焼き皿にセット後は素早く調理する必要があります。