

鶏肉のホイル焼き

自動加湿オープン



●材料< 1包み分>

鶏肉	80 g
塩	0.5 g
酒	2 g
玉葱	50 g
人参	10 g
しめじ	20 g
醤油	10 g
バター	5 g

●作り方

- ① 材料をカットする
- ② 鶏肉に酒と塩を加え良く混ぜる
- ③ バターと醤油を鍋に入れ、バターが溶けるまで加熱する
- ④ アルミホイルを決められた大きさに切り、
- ⑤ その上に具材と調味料をかけ、包む
- ⑥ ③を1 / 1焼き皿に並べる
- 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	160℃	12分	90	強	1/1焼き皿



アルミホイルに包んで焼くことで香りが逃げずに仕上がります。大量に作る場合は、野菜類を混ぜておき、肉と調味料を絡めておいたものを包むと効率良く作業ができます。