

グリルハーブチキン

自動加湿オープン



●材料<1パッチ 10人分>

鶏もも肉 (120g × 10枚) 1200g

【調味料】

ハーブソルト 10g
オリーブオイル 50g

●作り方

- ① 鶏肉は下処理し、水気を拭き取っておく
※身の厚い部分は開く
- ② 調味料を計量し、あわせておく
- ③ ②の調味料に①の鶏肉を漬け込む
- ④ ③をオーブンシートをひいた焼き皿に皮目を上にして並べる
- 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(モード1)
- ⑥ 食べやすい大きさにカットする
- 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

1 自動加湿オープン

250℃

9分

30

強

1/1グリルパン



Point

加湿を入れて焼くことにより、鶏肉がジューシーに仕上がります。