

カップケーキ風ハンバーグ

自動加湿オープン



●材料<1パッチ 20個分>

合挽ミンチ	700 g
玉ねぎ	300 g
パン粉	50 g
卵	50 g
塩	4 g
こしょう	0.5 g
油	10 g
ミックスベジタブル	

マッシュポテト
パプリカ
ミニトマト
セルフィーユ

※1カップ 55～60 g 目安

●作り方

- ① 材料をカットする
- ② 鍋に油を敷き、玉葱を炒める
- ③ ボールに②、合挽ミンチ、パン粉、卵、塩、こしょうを入れて混ぜ合わせよくこねて、カップケーキ型に詰める
- ④ ③を焼き皿に並べる
- ⑤ 予熱されたスチームコンベクションオープンで加熱する(モード1)
- ⑥ プザーが鳴ったら取り出し、マッシュポテトやトッピングを飾る
- ⑦ 器に盛り付けソースをかけて提供する



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	210℃	12分	10	弱	1/1焼き皿



通常のハンバーグに比べ、厚くて火の通りが悪いので、低温でじっくり焼成します(カップに)なるべく焼き色をつけないよう、風量は弱に設定します。