

枝豆と桜エビの豆腐ハンバーグ

自動加湿オープン



●材料<1パッチ 20人分>

鶏ひき肉	300 g
木綿豆腐	200 g
塩	2 g
醤油	3 g
おろし生姜	4 g
むき枝豆	50 g
桜エビ	5 g

和風あん

かいわれ

●作り方

- ① 木綿豆腐の水を切る
- ② ボールに鶏ひき肉と①の木綿豆腐、塩・醤油
おろし生姜を入れてよく混ぜる
- ③ むき枝豆、桜エビを加えて成形する
- ④ ③を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(モード1)
- ⑥ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を測定する
- ⑦ 器に盛り付け和風あんををかけて提供する



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	200℃	6～8分	30	3	1/1焼き皿 オーブンシート



Point

ヘルシーな豆腐ハンバーグに桜エビと枝豆を加え、春らしく仕上げました。