

野菜のピクルス

スチーマーモード



●材料<1パック 1パック分>

| | |
|---------|------|
| 人参(千切り) | 50 g |
| 大根 | 50 g |
| 赤パプリカ | 40 g |
| 黄パプリカ | 40 g |

【調味液※野菜重量の30%】

| | |
|---------|-------|
| ワインビネガー | 120 g |
| 白ワイン | 100 g |
| 水 | 200 g |
| 砂糖 | 50 g |
| ブラックペパー | 少々 |
| 鷹の爪 | 少々 |

●作り方

- ① 野菜をスティック状にカットする
- ② 穴あきホテルパンにを①セットする
- ③ 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)
- ④ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑤ 鍋に【調味液】の材料を入れ、沸騰させる
- ⑥ ④⑤を冷却する
- ⑦ 真空袋に⑥、【調味液】を入れ、真空パックする
- ⑧ 冷蔵庫に入れ、しばらく漬けこむ
- 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 スチーマーモード | 85℃ | 10分 | — | 強 | 1/2穴あきホテルパン |



低温スチームで野菜の食感を残して仕上げることができます。
真空パックすることで、野菜に調味料がしっかりとしみ込みやすくなります。