

電気上火式焼物器 100V仕様 (MEK-A042U)

チキングラタン

投入段：上段

加熱時間：5~6分

トレイ1枚分目安：1皿（1皿220g）

使用する備品：-



写真

加熱前



加熱後



材料(1皿分)

鶏もも肉（1個10g）	20 g	A	ホワイトソース	100 g
玉ねぎ（3mm厚スライス）	30 g		牛乳	60 g
サラダ油	適量 g		塩、白コショウ	適量
			ミックスチーズ	適量

作業手順

- ① 肉、玉ねぎをカットし、サラダ油をひいたフライパンで炒める。
- ② 鍋でAを混ぜ合わせて、①を入れて沸騰させ、塩、白コショウで味を調える。
- ③ 耐熱容器に②を200g流し、ミックスチーズを散らす。
- ④ トレイ受けにグラタン皿をそのままのせ、棚受けに差し込む。
- ⑤ 調理スタートスイッチ（赤）を押し、加熱を開始する。
- ⑥ 調理終了ブザー後、トレイ受けを引き出し、トレイを取り出す。

調理のポイント

- ポーションサイズの目安
 - ・ 長さ20cm×幅12cm×深さ3cmのグラタン皿で220gのグラタンを調理する際の目安になります。
- 調理のポイント
 - ・ 電源を入れると予熱運転を開始します。トレイ受けを下段に差し込んでください。
※1日の初回の予熱は完了まで約15分かかります。
 - ・ 食材をトレイにのせる際、中央にのせ、食材以上の面積の隙間を開けてください。
 - ・ 好みの仕上がりに応じて、投入段、調理時間を調節してください。
 - ・ グラタンの温度が低い場合、焼き色が付くまで時間がかかります。
温かいグラタンを容器に入れるか、加熱前に電子レンジ等で温めてから焼いてください。
 - ・ 調理終了後、自動的に予熱運転に切り替わりますので、トレイ受けを下段に差し込んでください。

