

ガスレンジ コンベクションオーブン

ハンバーグ① (1個125g)

設定温度： 250°C

加熱時間： 7~9分

使用する備品： バット（付属品：398×280×22）

バット1枚分目安： 6個



写真

オーブン 加熱前



オーブン 加熱後



加熱後 裏



材料 (6個分)

合びき肉	510 g	A	卵	65 g
玉ねぎ（みじん切り）	180 g		パン粉	37 g
サラダ油	適量		牛乳	27 g
			コンソメ顆粒	4.2 g
			塩・白コショウ	適量
			ナツメグ	適量

作業手順

- ① サラダ油をひいたフライパンで玉ねぎを炒め、粗熱を取る。
- ② ボウルで肉、①、Aをよく混ぜ合わせ、1個125gに成形する。
- ③ オーブンシートを敷いたバットに②を並べ、予熱したオーブンで加熱する。
- ④ 器に盛付ける。



調理のポイント

- ハンバーグの大きさ、好みの仕上がりに応じて、加熱温度、時間を調節する。
 - バットに直接並べると、油煙が出る為、オーブンシートを敷いて調理する。
 - 当レシピは、「RGR-0963XD」で調理し、作成しました。
- その他の機種をお使いの場合は、好みの仕上がりに応じて、加熱時間、温度を調節してください。