

うなぎのかば焼き



★アレルギー表示

| | | | | | | |
|-----|----|-----|------|-----|---------|-----|
| 卵 | 乳 | 小麦 | そば | 落花生 | えび | かに |
| あわび | いか | いくら | オレンジ | キウイ | 牛肉 | くるみ |
| さけ | さば | 大豆 | 鶏肉 | バナナ | 豚肉 | 松茸 |
| もも | 山芋 | りんご | ゼラチン | ごま | カシューナッツ | |

1人分

| | | | | | |
|-------|--|------|-------|--|---|
| エネルギー | | kcal | たんぱく質 | | g |
| 脂質 | | g | 炭水化物 | | g |
| 食塩相当量 | | g | 原価 | | 円 |

～材料～ 1人分

| | | |
|--------------|------|---|
| ・うなぎ | 1本 | ・ |
| ・うなぎのかば焼きのたれ | 100g | ・ |
| ・ | | ・ |
| ・ | | ・ |
| ・ | | ・ |
| ・ | | ・ |
| ・ | | ・ |

| 設定 | モード | 水蒸気量 | 時間 | 温度 |
|----|------|------|-----|------|
| 1 | スチーム | — | 5分 | 100℃ |
| 2 | コンビ | 40% | 10分 | 250℃ |

作り方

- 1 20mmのホテルパンに敷き網を置き、その上に串うちしたうなぎを乗せる。
- 2 予熱しておいた【設定1】で加熱を行う
- 3 たれをつけて【設定2】で加熱を行う
- 4 お好みに合わせて、たれを重ね付けする

ホシザキ東海株式会社 コンサル室

*ポイント

最初にスチームすることでふっくらしたうなぎに焼き上げることができます。
敷き網をすることで、ホテルパンに張りつきにくく、綺麗に仕上がります。

