

タイカレー

合計加熱調理時間 約 17分

[1人分：148kcal/食塩相当量：2.1g]

甘味と辛味がクセになる、人気のタイカレー。



材料（12人分）

<材料a>

鶏もも肉（3cm角に切る）	1000g
むき海老	500g
エリンギ茸（乱切り）	4パック
しし唐（枝を外す）	30本
茹でタケノコ（乱切り）	500g
サラダ油	大さじ3
チキンブイヨン	2500cc
タイカレーペースト	80g
ナンプラー	80cc
ココナッツミルク	800cc

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

12人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	7分	230℃
2	コンビ	100%	10分	160℃

作り方

1. 65mmのホテルパン2枚に<材料a>を入れ、表面にサラダ油をかけて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、よく混ぜ合わせる。
3. 2にチキンブイヨン、タイカレーペーストを入れて混ぜ合わせ、【設定2】で予熱後、加熱する。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出し、ナンプラー、ココナッツミルクを加える。