

あられ

合計加熱調理時間 約 150分

[1人分：58kcal／食塩相当量：0.2g]

スチコンで乾燥焼きをすることで、天日で干したような仕上がりに。口に運ぶ手が止まらなくなります。



材料（15人分 [1人分4個]）

切り餅：海老、ごま、黒豆、よもぎなど各種	15個
サラダ油	適量
塩：塩味用	適量
しょうゆ：しょうゆ味用	適量

※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

15人分 [1人分4個]

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	ホットエアー	-	110分	100℃
2	ホットエアー	-	40分	170℃

下ごしらえ

- ・切り餅は1個の厚みを半分にして、大きさも半分に切る。

作り方

1. 20mmのホテルパン3枚に切り餅を広げて並べ、【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱開始から60分後、1のホテルパンを取り出し、餅の表裏を返してスチコンに戻し入れる。
3. 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、網の上に餅を広げて粗熱を取る。
4. 20mmのホテルパン3枚に3を広げてのせてサラダ油を吹きつけ、塩味用に塩をまぶし、【設定2】で予熱後、加熱する。
5. 加熱完了後、4のホテルパンを取り出し、しょうゆ味用にしょうゆをまぶし、それぞれ網に広げて粗熱を取る。



調理ポイント

- ◆切り餅の大きさや種類によって乾燥の時間を調節すること。
- ◆サラダ油、しょうゆは霧吹き（サラダ油はオイルスプレーでも可）に入れて使うと、ムラなくつく。