

ゆで卵

合計加熱調理時間 約 **16**分

[1人分：89kcal／食塩相当量：0.2g]

スチコンを使えば水も火も使わず、たくさんのゆで卵を簡単に作れます！



材料 (225個分)

卵：L玉（常温に戻す） 225個

※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

225個分
穴あきホテルパン1分の1 65mm 5枚分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	スチーム	-	16分 (固ゆで卵)	100°C	-

作り方

- 65mmの穴あきホテルパン5枚に卵を並べ、【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、冷水に浸ける。



調理ポイント

◆段数によって、加熱時間を調節すること。

■固ゆで卵／10段：20分 ■半熟卵／5段：9分 10段：9～10分

◆卵の先の丸い方に針などで穴を開けると、加熱後黄身が中心に来る。

◆茹であがってすぐに冷水に浸けることで、余熱での茹で過ぎを防ぎ、殻もむきやすくなる。