

おでん

合計加熱調理時間 約 **62** 分

[1人分：424kcal／食塩相当量：5.5g]

煮くずれせずにキレイに仕上がる！あっさりとコク深いだしがじんわり染み込んで、まったり優しい味わい。



分量

6人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	12分	100℃
2	コンビ	100%	50分	160℃

材料 (6人分)

<材料a>

さつま揚げ	6枚
ゴボウ巻き	6本
ちくわ (斜め半分に切る)	3本
厚揚げ (半分に切る)	3枚
こんにゃく (6等分に切る)	2枚

<材料b>

大根 (皮をむいて3cmの輪切り)	600g
卵	3個
結び昆布	6個

<材料c>

だし汁	750cc
みりん (煮切る)	100cc
酒 (煮切る)	100cc
薄口しょうゆ	60cc
塩	3g
練りからし	15g

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

作り方

- 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れ、65mmの穴あきホテルパン1枚に<材料b>を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱開始から5分後、<材料a>を先に取り出す。
- 加熱完了後、卵は殻をむく。
- 65mmのホテルパン1枚に2、3、<材料c>を入れ、クッキングペーパーで落としブタをし、フタをして【設定2】で予熱後、加熱する。
- 器に盛り、練りからしを添える。

調理ポイント ◆お好みの練り物を追加してもよい。