合計加熱調理時間 約50分

[1人分: 401kcal/ 食塩相当量: 2.0 g]

コトコト煮込んだとろとろ野菜と、深いコクのあるスープで身体の芯までポカポカに。



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	_	5分	100°C
2	コンビ	100%	45分	160°C

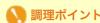
材料 (6人分)

鶏もも肉(6等分に切る) <材料a>	300g
厚切りベーコン(6等分に切る)	300g
ソーセージ	6本
タマネギ(六つ割り)	1個
ニンジン(4等分に切る)	1・1/2本
セロリ(3等分に切る)	2本
キャベツ(六つ割り)	1/2個
ローリエ	2枚
塩	小さじ
<u> </u>	1/2
粒黒こしょう	12粒
水	1000cc

※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

- 1. 20mmのホテルパン1枚に鶏もも肉をのせて【設定1】で予熱後、加熱する。
- 2. 65mmのホテルパン1枚に1、<材料a>を入れてフタをして【設定2】で予熱後、加熱する。



- 🔪 調理ポイント ◆ジャガイモやゴボウなどを加えても美味しい。
 - ◆お好みでマスタードを添えてもよい。

Copyright (C) 2016 HOSHIZAKI CORPORATION. All Rights Reserved.