2/3ホテルパンタイプ

スチームモード　ホットエアモード　コンビモード

ポトフ

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。

材料（6人分）

鶏もも肉（6等分に切る）	300g
＜材料a＞	
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 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。

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℃
2	コンビ	100%	45分	160℃

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.