

中華風ちまき

合計加熱調理時間 約 **50** 分

[1人分：414kcal／食塩相当量：0.8 g]

素材のエキ스가たっぷり染み込んで、ふっくらしっとり仕上がります。



材料（9人分【1人分1個】）

もち米	1000g
<材料a>	
鶏もも肉（1cm角に切る）	200g
しょうゆA	小さじ1
銀杏：水煮	18個
干しいたけ（水で戻して細かく刻む）	6枚
干し海老（水で戻して細かく刻む）	20g
ベーコン（細かく刻む）	80g
松の実	20g
ショウガ（みじん切り）	10g
砂糖	30g
しょうゆB	20cc
紹興酒	40cc
ごま油	大さじ2
竹皮（水でよく湿らせる）	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

9人分【1人分1個】

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	－	10分	100℃
2	スチーム	－	40分	100℃

下ごしらえ

- ・もち米は洗って30分～1時間浸水させ、ザルにあげて水気をしっかり切る。
- ・鶏もも肉はしょうゆAを合わせる。

作り方

1. 40mmの穴あきホテルパン1枚にオープンシートを敷いてもち米を入れ、【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、そのまま粗熱を取る。
3. ボールに2、<材料a>を加えてよく混ぜ合わせ、30分置いて9等分にし、竹皮で包んでたこ糸で縛る。
4. 20mmのホテルパン1枚に3を並べ、【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す。



調理ポイント

- ◆竹の皮はアルミホイルで代用可。
- ◆ベーコン、紹興酒が旨みの決め手となる。
- ◆作り方5の加熱後、粗熱を取ってすぐに冷凍することで、作り置きができる。