

パイシチュー

合計加熱調理時間 約 35 分

[1人分：485kcal/食塩相当量：1.5g]

パイ生地を一気に焼き上げて、愛嬌のあるドーム型に仕上げます。



分量

12人分
(直径8.5cmのココット皿 12個分)

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	-	10分	100℃
2	コンビ	100%	20分	160℃
3	コンビ	0%	5分	250℃

材料 (12人分)

<材料a>	
鶏もも肉：皮なし (1cm角に切る)	200g
ジャガイモ (1cm角に切る)	270g
ニンジン (1cm角に切る)	120g
タマネギ (1cm角に切る)	170g
マッシュルーム：生 (幅5mmの薄切り)	100g
バター	20g
<材料b>	
水	400cc
コンソメ：顆粒	小さじ2
ホワイトソース：缶	400g
生クリーム	130cc
卵白	1個分
冷凍パイシート (1枚：約13cm角)	12枚
卵	1個

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

下ごしらえ

- ・鶏もも肉に塩 (分量外)、こしょう (分量外) で下味をつける。
- ・冷凍パイシートは器の直径より3cm程大きく丸く切る。

作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れ、【設定1】で予熱後、加熱する。
2. ボールに<材料b>を入れてよく混ぜ合わせる。
3. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、2を入れて混ぜ合わせ、【設定2】で予熱後、加熱する。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出し、プラストチラーで粗熱を取る。
5. 耐熱容器に4を入れ (1個約100~120g)、卵白を周りに塗った冷凍パイシートをのせて器に貼りつけ、表面に卵を塗り、20mmのホテルパン2枚に並べる。
6. 5のホテルパンを、【設定3】で予熱後、2・4段目に入れて加熱する。
7. 加熱完了後、6のホテルパンを取り出す。



調理ポイント

- ◆パイシートを器につける際は引っ張りすぎないようにして、しっかりと貼りつける。
- ◆加熱後は器も熱くなっているので、やけどに注意すること。