

鮭の塩焼き

合計加熱調理時間 約 7分

[1人分：135kcal/食塩相当量：1.1g]

皮が色よく焼けて食欲をそそります。



材料 (9人分)

生鮭 (1切：80g)	9切
日本酒	大さじ1
塩	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

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	7分	280℃

作り方

1. 生鮭は電解水でよく洗って汚れと臭みを取った後、水洗いをして水気をふき取る。
2. 20mmのホテルパン1枚にアルミホイルを敷き、焼き網をのせて1を並べ、日本酒を全体に振りかける。
3. 2のホテルパンを、【設定1】で予熱後、焼く直前に生鮭の両面に塩を振り、加熱する。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出す。



調理ポイント

- ◆塩は焼く直前に振ること。
- ◆塩鮭の場合は設定を (コンビ・水蒸気量0%・7~8分・260℃) にする。