

合鴨のロースト

合計加熱調理時間 約**分

[1人分：222kcal/ 食塩相当量：0.1 g]

ミディアムに焼き上がった合鴨を豪華なおせちの一品に。



材料 (12人分)

合鴨むね肉 (1枚：約400g)	2枚
粗びき黒こしょう	少々
ハチミツ	少々

※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

12人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	ホットエアー	—	—	110℃	—

※芯温58℃ (芯温設定の加熱時間は素材の大きさなどにより異なります。)

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
2	ホットエアー	—	30分	65℃	—

下ごしらえ

- ・合鴨むね肉は皮目に幅5mmの切り込みを入れて塩 (分量外) で下味をつけ、フライパンで下焼きしておく。

作り方

1. 20mmのホテルパン1枚に敷き網をおき、下焼きをした合鴨むね肉をのせて芯温計を刺し、【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、一度スチコンの扉を開けてクーリングし、【設定2】で予熱後、加熱する。
3. ハチミツを皮目に塗り、黒こしょうを振ったら、7~8mmのそぎ切りにする。

調理ポイント ◆作り方2で加熱後の合鴨むね肉を65℃で保温して芯温で予熱を上げ、肉汁を落ち着かせること。