

お好み焼き（冷凍）

合計加熱調理時間 約 **23**分

[1人分：360kcal／食塩相当量：3.1g]

※エネルギー、食塩相当量は、1人分1個としての値です。
 ※既製品の場合は、商品によって異なります。

生地はふっくら、表面には焼き目も！コンビモードを2段階で設定して焼き立てのような仕上がりに。



材料（15枚分）

冷凍お好み焼き
 （1枚：直径15～16.5cm、294g） 15枚

※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

15枚分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1（ステップ1）	コンビ	100%	15分	200℃
2（ステップ2）	コンビ	0%	8分	200℃

作り方

1. 20mmのホテルパン5枚に冷凍お好み焼きを並べて、登録メニュー【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す。