

ミニオムレット（冷凍）

合計加熱調理時間 約8分

[1人分：68kcal／食塩相当量：0.8g]

※エネルギー、食塩相当量は、1人分2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。

スチームモードを高温で使えば、水分が出るのを防いで卵がふんわり、ふっくら仕上がります。



材料（75個分）

冷凍ミニオムレット（1個：約98×45mm、
30g） 75個

※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

75個分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	-	8分	130℃

作り方

- 20mmのホテルパン5枚に冷凍ミニオムレットを並べ、【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1のホテルパンを取り出す。