

## NY風 オマールエビのオレンジ煮

合計加熱調理時間 約 **30分**

[1人分：248kcal/ 食塩相当量：0.8g]

オマールのうま味とさわやかなオレンジの風味が、ふわっと口の中に広がります。



## 材料 (8人分)

砂糖	100g
水	60cc
湯	大さじ2
<材料a>	
ニンジン (幅1cmの輪切り)	600g
オレンジジュース (100%)	400cc
レモン汁	2個分
バター (小切り)	100g
オレンジ (果肉と皮に分ける)	2個
オマールエビ (1尾：約500g)	2尾
塩 (またはハーブソルト)	適量
こしょう	適量
水溶性コーンスターチ	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

8人分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	100%	30分	160°C	—

## 下ごしらえ

- ・オレンジは果肉の薄皮を取り、皮を千切りにする。
- ・オマールエビは1尾を4等分に切る。

## 作り方

1. 鍋 (またはフライパン) に砂糖と水を入れて火にかけ、きつね色になったら湯を加えてカラメルを作る。
2. 65mmのホテルパン1枚に1、<材料a>、オレンジの皮を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
3. 加熱開始から10分後、オレンジの果肉、オマールエビを加えてスチコンに戻し入れる。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出し、ソースをこして鍋に入れて火にかけて煮詰め、塩、こしょうで味を調べ、水溶性コーンスターチでとろみをつける。

**調理ポイント** ◆作り方2の加熱時間は、オマールエビの大きさによって調節すること。