

足太あわび茸のキッシュ

合計加熱調理時間 約 **35** 分

[1人分：426kcal/ 食塩相当量：1.5g]

外は香ばしく、中はクリーミーな仕上がりに。
足太あわび茸でコリッと楽しい食感をプラス。



材料（6人分）

オリーブオイル	小さじ1
冷凍パイシート（1枚：130g）	2枚
<材料a>	
足太あわび茸（薄切り）	400g
タマネギ（薄切り）	100g
ベーコン（幅1cmに切る）	40g
バター	大さじ2
塩	少々
こしょう	少々
<材料b>	
生クリーム	100cc
牛乳	100cc
卵	4個
パルメザンチーズ：粉	15g
塩	小さじ 1/3

※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

6人分
（直径22cm×高さ4.5cmのキッシュ型 1個分）

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	ホットエア	-	10分	180℃
2	ホットエア	-	25分	180℃

下ごしらえ

・<材料b>は混ぜ合わせる。（※卵液）

作り方

1. キッシュ型にオリーブオイルを塗って冷凍パイシートを形に合わせて貼り、重しをのせ、20mmのホテルパン1枚にのせる。
2. 別の20mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れる。
3. 1、2のホテルパンを【設定1】で予熱後、加熱する。
4. ホテルパンを取り出して粗熱を取り、2の具材を1のパイに入れ、（※卵液）を流し入れて【設定2】で予熱後、加熱する。



調理ポイント

◆作り方4で表面の焼き色が濃くなり過ぎる際は、アルミホイルを被せるか、20mmのホテルパンを上に乗せて焼き色を調節すること。