

しゅうまい（冷凍）

合計加熱調理時間 約 20分

[1人分：180kcal／食塩相当量：1.2g]

※エネルギー、食塩相当量は、1人分8個としての値です。
※既製品の場合は、製品によって異なります。

解凍後もシコシコした皮の食感をキープ。ベタつかない仕上がりです。



材料（245個分）

冷凍しゅうまい（1個：直径約3cm、16g） 245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

245個分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	-	15分	100℃

作り方

- 20mmのホテルパン5枚にオープンシートを敷き、冷凍しゅうまいを並べて【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。