

ソース焼きそば

合計加熱調理時間 約 9分

[1人分：305kcal／食塩相当量：2.6g]

スチコンで焼きそばが出来る！



材料 (24人分)

焼きそば麺	16玉
もやし	400g
豚肉：バラ薄切り（1口サイズに切る）	400g
キャベツ（ざく切り）	1000g
タマネギ（ざく切り）	200g
粉末ソース	16袋
サラダ油	120cc

※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

24人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	90%	9分	200℃

作り方

1. 65mmのホテルパン4枚にオープンシートを敷いて焼きそば麺を並べ、その上にもやし、豚肉、キャベツ、タマネギを順にのせて、上から粉末ソース、サラダ油を回しかけ、【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し、 tongue でよく混ぜ合わせる。

調理ポイント ◆肉や海老などを使用する際は、くっつかないように重ねずに並べる。