

エッグベネディクト

合計加熱調理時間 約12分

[1人分：385kcal／食塩相当量：1.9g]

手間のかかるポーチドエッグはスチコンにおまかせ。とろりとした黄身とオランダーズソースの酸味が絶妙にマッチした欧米の定番朝食です。



材料（6人分）

卵	6個
酢A	大さじ1
<材料a>	
水	600cc
酢B	大さじ1
塩	小さじ1
イングリッシュマフィン（半分に切る）	6個
ベーコン	6枚
<材料b>	
卵黄	80g
白ワイン	45cc
塩	3g
白こしょう	少々
溶かしバター	30g
レモン汁	大さじ1/2
ベビーリーフ	適量
パセリ（みじん切り）	適量

※掲載レシピはクックエブリオ ミニ専用のものとなります。

※掲載レシピは2段で検証をおこなっています。

分量

6人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	—	5分	100℃
2	コンビ	100%	7分	180℃

下ごしらえ

- ・卵は一つ一つ器に割り入れ、白身部分に酢をかけ10分ほど置く。

作り方

1. 60mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れ、卵を落とし、【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、加熱した卵を冷水で冷やす。
3. 20mmのホテルパン2枚に、イングリッシュマフィン、ベーコンを並べ、【設定2】で予熱後、加熱する。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出す。
5. ボールに<材料b>を入れて湯煎にかけ、白くもったりするまで泡立て器で混ぜ合わせる。湯煎からおろし、溶かしバターを少しずつ加えて乳化させ、レモン汁を加える。
6. 2の卵と4のベーコンを4のイングリッシュマフィンで挟んで器に盛り、5のソースをかけてパセリをのせ、ベビーリーフを添える。



調理ポイント

◆ 卵の大きさにより加熱時間が変わるので、加減すると良い。