

親子丼

合計加熱調理時間 約20分

[1人分：721kcal／食塩相当量：2.7g]

一度に多人数の親子丼が完成！！鶏肉ふっくら、卵がとろ〜り。



材料 (8人分)

鶏もも肉 (3cm角に切る)	600g
タマネギ (半分にして幅1cmに切る)	600g
<材料a>	
本みりん	108g
濃口しょうゆ	108g
日本酒	90g
砂糖	27g
顆粒だし：和風	4g
卵 (割りほぐす)	12個
温かいご飯	1600g
三つ葉	適宜

※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

8人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	15分	160℃
2	コンビ	100%	5分	160℃

下ごしらえ

- ・<材料a>は混ぜ合わせる。
- ・温かいごはんの作り方について[→詳しくはこちら](#)

作り方

1. 40mmのホテルパン2枚に鶏もも肉、タマネギ、<材料a>を入れて混ぜ合わせ、【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、卵の半量を流し入れ、【設定2】で予熱後、加熱する。
3. 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、のこりの卵を流し入れ、余熱で半熟にする。
4. 器に温かいごはんを盛り、3をのせて三つ葉を添える。



調理ポイント

◆溶き卵を2回に分けて流し入れることでプルプルの半熟に仕上がる。