

黒豆

スチームモード

ホットエアモード

コンビモード

合計加熱調理時間 約 **180** 分

[1人分：131kcal／食塩相当量：0.6 g]

※煮汁含む

やわらかふっくら、薄味のほどよい甘みが後をひきます。



材料（25人分）

黒豆（洗う）	500g
熱湯	1500cc
砂糖	300g
しょうゆ	50cc
塩	小さじ1
重曹	大さじ1/2

※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

25人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	－	180分	100℃

作り方

- 65mmのホテルパン2枚に、すべての材料と鉄球を入れてフタをし、一晩置く。
- 1のホテルパンを【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、そのまま粗熱を取って味をなじませる。



調理ポイント

- ◆鉄球(または、洗ってガーゼに包んださび釘2～3本)を入れることにより、仕上がりの黒豆の色が良くなる。
- ◆黒豆の産地や種類によって、加熱時間を調節すること。
- ◆煮上がった黒豆は煮汁が被るようにして、冷蔵庫で4～5日保存ができる。それ以降は4～5日ごとに再度加熱をして、冷めてから冷蔵庫で保存することで、長期間美味しく食べられる。