

海老のつや煮

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10分

[1人分：48kcal／食塩相当量：1.0 g]

※煮汁含む

鮮やかに仕上げた車海老は、ぜひお正月に加えたい一品。



材料（20人分）

車海老：有頭（1尾：約28g（背わたを取る））	40尾
酒（煮切る）	120cc
みりん（煮切る）	100cc
薄口しょうゆ	100cc
だし汁	600cc

※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

20人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	スチーム	－	10分	100℃

作り方

- 40mmのホテルパン2枚にすべての材料を入れ、【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し、そのまま粗熱を取って味をなじませる。



調理ポイント

◆海老の大きさによって、加熱時間を調節すること。ただし、加熱し過ぎると海老の身が締まるので注意すること。