

焼きパン粉

合計加熱調理時間 約 6分

[1人分：529kcal／食塩相当量：0.9g]

※エネルギー、食塩相当量は、100gとしての値です。

ヘルシーでおいしい、しかも経済的！スチコンでつくる焼きパン粉。



材料 (約1000g)

パン粉 (中目)	750g
サラダ油	300g

※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

約1000g
ホテルパン1分の1 20mm 5枚分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	0%	6分	220℃	1/2

作り方

1. パン粉、サラダ油をよく混ぜ合わせ、20mmのホテルパン5枚に広げて【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、かき混ぜて粗熱を取る。



調理ポイント

- ◆調理する揚げものによって使用するパン粉（粗目・中目・細目）に合わせた加熱時間の設定をおこなうこと。
- ◆加熱時間を調節して、使用するレシピに合わせた焼き色のパン粉を作ること。
- ◆加熱途中でホテルパンを取り出し、かき混ぜてスチコンに戻し入れるとムラが少なくなる。