

ソース焼きそば

合計加熱調理時間 約 9分

[1人分：398kcal/ 食塩相当量：3.3g]

スチコンで焼きそばが出来る！



材料 (35人分)

焼きそば麺	30玉
もやし	750g
豚肉：バラ薄切り（一口大に切る）	750g
キャベツ（ざく切り）	2000g
タマネギ（ざく切り）	400g
粉末ソース	30袋
サラダ油	230cc

※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

35人分
ホテルパン1分の1 65mm 5枚分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	90%	9分	200℃	—

作り方

- 65mmのホテルパン5枚にオープンシートを敷き、焼きそば麺を並べ、その上にもやし、豚肉、キャベツ、タマネギを順にのせる。Fの粉末ソース、Gのサラダ油を回しかける。
- 1の上から粉末ソース、サラダ油を回しかけて【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、 tong でよく混ぜ合わせる。

調理ポイント ◆肉や海老などを使用する際は、くっつかないように重ねずに並べる。