

スチコンレシピ

照焼きチキン



【材料】

- ・鶏のモモ肉:100g
- ・片栗粉:適宜
- ・オリーブオイル:適宜
- ・マーマレード:15g
- ・薄口醤油:大さじ2/3
- ・酒:大さじ2/3
- ・レモン汁:小さじ1/3
- ・豆板醤:小さじ1/4
- ・塩、コショウ、おろしニンニク:適宜

	作り方	工程写真	使用機器・設定・その他ポイント
1	鶏のモモ肉に塩をし、オリーブオイルと共にフィルムに入れ、真空パックする。		真空包装機 / 30秒 ※鶏肉はできるだけ平らに並べる。
2	1をスチームコンベクションに入れ加熱する。 ※保存の場合:冷蔵庫に入れ保存する。		スチームコンベクションオープン / スチームモード / 68℃ / 30分
3	フィルムから鶏肉を取り出し、スチームコンベクションにクッキングシートを敷き、皮目を上にして焼き、冷却する。		スチームコンベクションオープン / ホットエアモード / 300℃ / 6~7分 ※こんがり焼き色を着ける。 ブラストチラー / 3℃以下まで冷却する。

	作り方	工程写真	使用機器・設定・その他ポイント
4	<p><提供時> 鶏肉を一口大に切り、鍋に合わせて加熱しておいたソースと共にボールに入れ、からめ提供する。</p>		