



# 焼きそば

加熱時間の  
目安  
約11分

## [材料(2～3人分)]

- 焼きそば用めん……………2袋  
(ソース付き)
- 野菜ミックス……………約100g
- 豚薄切り肉……………50g  
(ひとくち大に切る)
- 塩・こしょう……………各少々

## [作りかた]

1. 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
2. ポリ袋(市販)にめんと野菜(水・大さじ2(分量外)、ソースをまぶす)を入れて混ぜ合わせる。
3. 肉に塩、こしょうをし、脚を閉じたグリル皿に広げ、ポリ袋から取り出した2を広げる。
4. グリル皿ふたをセットし、ふたの蒸気取入れ口をスチーム噴出口に合わせるようにテーブルプレートに置き [料理集から](#)▶[調理分類](#)▶[焼き蒸し・いため物](#)▶[いため物](#)▶[焼きそば](#)で加熱し、かき混ぜる。