

加熱の目安

1分20秒～1分40秒(200g)

1回に作れる分量

100～600g

使用付属品

テーブルプレート
底面

作りかた

1. 食品をテーブルプレートの中央に置き **あたためいろいろ** **1 おかず** であたためる。

注意



分量が100g未満のときはオートメニューで加熱しない@手動調理 **レンジ** **500W** 以下で加熱時間20～50秒に設定し、様子を見ながら加熱する。

おかずのあたためのコツ

テーブルプレートの中央に置く

1個



2個(中央に寄せる)



食品を端に置いたり、少量の食品を加熱すると、加熱し過ぎとなり、発煙・発火のおそれがあります。

関連するレシピ



カレー・丼物の具(アルミパックのレトルト食品)のあたため