



加熱の目安

約21分

1回に作れる分量

2~4人分

使用付属品

テーブルプレート
中段

給水タンク 満水

カロリー

302kcal

塩分

2.2g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。

材料	2人分（2切れ）	3人分（3切れ）	4人分（4切れ）
ぶりの切り身（1切れ約100gの物）	2切れ	3切れ	4切れ
A しょうゆ	大さじ2	大さじ2強	カップ1/4
A みりん	大さじ2	大さじ2強	カップ1/4

作りかた

- 給水タンクに満水ラインまで水を入れてセットする。
- ぶりは水けをふき取り、合わせたAに20分程度つけて下味をつけ、汁けをかるく切る。
- ②の盛りつけたときに上になる方を上にして、取り外したテーブルプレートの中央に寄せて並べる。
- ③を中段に入れ、29 ぶりの照り焼き で加熱する。

注意

テーブルプレートの出し入れは、やけどのおそれがあるので、厚めの乾いたふきんやお手持ちのオーブン用手袋を使う

ぶりの照り焼きのコツ

2人分の場合

仕上がり調節 **弱** で加熱します。

加熱直後にドアを開けるときは

油の飛び散りなどに注意し、静かに開けてください。

焼き色は

魚に含まれる脂の量で焼き色が変わるため、3段階の仕上がり調節で焼き加減を調節します。

並べかたは

中央に寄せて並べます。

お願い

調理後の加熱室の油汚れや臭いが気になるときは **75 脱臭** で加熱してください

臭いが気になるときは、換気扇を回してください

ドアの周りから蒸気や煙が出る場合がありますが、故障ではありません