
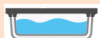



鶏のハーブ焼き



加熱の目安	1回に作れる分量	使用付属品	カロリー	塩分
加熱：約37分	2～6人分	 テーブルプレート 中段  給水タンク 満水	258kcal	0.4g

※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。
このレシピはMRO-S8A対応レシピです。

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

指示

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。
- 鶏肉は、皮にフォークなどで穴を開け、厚みのあるところには切り目を入れてAをまぶす。
- ②の皮を上にして、取り外したテーブルプレートの中央に寄せて並べ、中段に入れ **人気メニュー** 15 鶏のハーブ焼き で加熱する。

材料	2人分	3人分	4人分	5人分	6人分
鶏もも肉(皮つき、1枚約250gの物)	1枚	1・1/2枚	2枚	2・1/2枚	3枚
A 塩、こしょう	各少々	各少々	各少々	各少々	各少々
A タイム、マジョラム、ローズマリーなどのハーブ(生または乾燥品)	各少々	各少々	各少々	各少々	各少々

鶏のハーブ焼きのコツ

骨付き肉は
仕上がり調節 **強** で加熱します。
6人分(鶏肉3枚分)のときは
仕上がり調節 **強** で加熱します。
2人分(鶏肉1枚分)のときは
仕上がり調節 **弱** で加熱します。
焼きが足りなかったときは
グリル で様子を見ながら焼きます。

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 **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