

ブロック肉

1回に作れる分量

100~1000g

使用付属品



テーブルプレート
底面



給水タンク 満水

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. 肉や魚の上手な冷凍保存(フリージング)のコツを参照して冷凍保存した食品のラップなどの包装を外し、発泡スチロール製のトレーにのせる。
3. ②をテーブルプレートの中央に置き **解凍・下ゆで** **13 ブロック肉** で加熱する。

ブロック肉のコツ

ブロック肉の解凍

部位に切り分けられたかたまり肉を解凍します。

かたまり肉に赤身と脂身があるときは、赤身を上にします。

骨付き肉・スペアリブ・牛と豚のブロック肉の解凍

細かく切り分けられた骨付き肉を解凍します。

骨を細かく切り分けていないかたまり状の肉は、仕上がり調節 **やや強** に合わせます。

鶏もも肉・むね肉・ささみ肉の解凍

部位を切り分けられたかたまり肉を解凍します。

仕上がり調節 **強** に合わせます。

骨付き鶏もも・手羽元・手羽中・手羽先肉の解凍

部位を切り分けられた骨付き肉を解凍します。

仕上がり調節 **強** に合わせます。

1回に解凍できる分量は、100~1000gです

肉や魚の上手な冷凍保存（フリージング）のコツ

材料は新鮮な物を使います

冷凍する分量と形は

1回分ずつ(200~300g)に分け、しゃぶしゃぶ用・すき焼き用肉は、約1cmの厚さで、その他の肉や魚は2~3cmの厚さで、極端に薄くならないように平らな形にひとまとめにします。

丸めたり、指定の分量以上をひとまとめにすると、うまく解凍できません。

薄くて細長い形状の肉は

煮えてしまうがあるので、折りたたんで2~3cmの厚さの平らな形にして冷凍します。

ブロック肉などの厚みが不均一な肉は

折り込んで厚みを均一にして冷凍します。

ラップなどで、ぴったり密封をします

ラップで包むときは、ラップが食品の間に入らないように包むとはがしやすくなります。

バランなどの飾りや敷き物は取り除きます

魚の下ごしらえは

魚はうろこやえら、内臓を取り除き、塩水で洗って水けをふき取り、1尾ずつ冷凍します。

加熱前に確認する

解凍時は皿などの容器にのせない

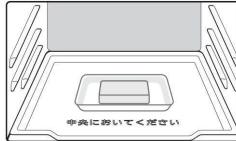
肉や魚の解凍はより良い仕上がりにするため、食品の分量だけを量っています。

容器にのせて加熱すると、重量センサーが食品の分量を検知できず、加熱し過ぎの原因になります。

冷凍保存した食品は発泡スチロール製のトレーにのせるか、オープンシートやキッチンペーパーを敷き、その上にのせます。

冷凍した肉や魚の置きかた

冷凍保存した食品は、テーブルプレートの中央に置きます。



上手な解凍のしかた

1回に解凍できる分量は、しゃぶしゃぶ用・すき焼き用は100g～500g、それ以外は100g～1000gです。

分量が多過ぎると、うまく解凍できません。減らしてください

発砲スチロール製のトレーにのった物はラップなどの包装を外し、トレーのままテーブルプレートの中央に置きます。

トレーがない場合は、ラップなどの包装を外し、テープルプレートにオープンシートかキッチンペーパーを敷き、その上にのせます。

陶磁器や耐熱容器などは使わないでください。解凍しがちになり、うまく解凍できません。

阿波品や高知品などは使わないでくれ。解凍し過ぎになり、そのままチルドで食器を解凍しやすくするため、ラップなどの包装を外します

ステークと良品を解凍しやすいとするため、
冷凍庫から取り出して、すぐに加熱します

冷凍室から取り出しても、すぐに加熱します
加熱室や電子レンジプレートを、十分冷まし

加熱室やチーフルフレートを、十分冷ましてから解凍してください。熱いままでは、トレーが溶けたり、解凍し過ぎになってしま

熱いまでは、トレーが溶けたり、解凍し過ぎになります。
形や厚みが均一でないものはアルミホイルを使って解凍します。

形や厚みが均一でない物はアルミホイルを使って解凍します。

アルミホイルは加熱室壁面やドアガラスに触れないようにしてください。
特にコトヒキ（コロ、ウ）レジスター、ボルト等、上部ガラスコート部に

→やドアガラスが破損する

形状、太さ、厚み、

細い部分、薄い部分

大きなかたまり

側面

次の場合は **レンジ 200W** で途中様子を見ながら解凍します。

- 調理済み冷凍食品や冷凍野菜
解凍の目安は200gで4~5分です。

次の場合は レンジ 100W で途中様子を見ながら解凍します

- 分量が100g未満の場合
 - バラバラになって凍っている物
 - 解凍が足りなかつたとき
 - 20℃以下の冷凍食品

次の場合は **レンジ 100W** または **レンジ 200W** で途中様子を見ながら解凍します

- ### ●溶けかけている食品