



加熱の目安		使用付属品	
約34分		 テーブルプレート 中段	 給水タンク 満水
1回に作れる分量			
2~4人分			
カロリー	塩分		
302kcal	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 **おかず** **38 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

市販のたれは

好みで**A**のかわりに使ってもよいでしょう。メーカーの種類によっては焼き色が異なります。

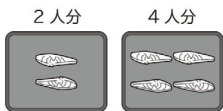
加熱直後にドアを開けるときは

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



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