



加熱の目安

約28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
下段



給水タンク 満水

カロリー

160kcal

塩分

0.9g

※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 (8本)	3人分 (12本)	4人分 (16本)
殻つきえび	8尾	12尾	16尾
塩、こしょう	各少々	各少々	各少々
小麦粉 (薄力粉)	適量	適量	適量
卵 (溶きほぐす)	1/2個	1個	1個
煎りパン粉	30g	60g	60g

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。
- えびは尾と一節を残して殻をむき、背わたを取る。
- ②に塩、こしょうをし、小麦粉、卵、煎りパン粉の順につける。
- 取り外したテーブルプレートの中央に③を寄せて並べ、下段に入れ **おかず** **62 えびフライ** で加熱する。

えびフライのコツ

2人分は

仕上がり調節 **弱** で加熱します。

まぶす小麦粉は

まんべんなくつけて下さい。まぶす目安は大きさ3~4です。

油は使わない

衣は煎りパン粉を使います。

加熱が足りなかったときは

オープン **予熱無** **170℃** で様子を見ながら加熱します。

関連するレシピ



煎りパン粉の作りかた