

熱風旨み焼き(魚)



作りかた

1. 給水タンクに満水まで水を入れてセットする。
2. さけは、全体に塩、こしょうをする。
3. ②を焼網の中央に寄せて並べ、そのまわりに野菜を並べ、取り外したテーブルプレートに置き、**中段**に入れ **027 熱風旨み焼き(魚)** 形状の **種類 切り身** で加熱する。

加熱の目安

加熱：約25分

1回に作れる分量

200g～1kg

使用付属品



焼網
テーブルプレート
中段



給水タンク 満水

材料	700g分
生さけの切り身(1切れ約100gの物)	4切れ(400g)
塩、こしょう	各適量
赤パプリカ(ひとくち大に切る)	100g
黄パプリカ(ひとくち大に切る)	100g
ブロッコリー(小房に分ける)	100g

熱風旨み焼き(魚)のコツ

形状の種類 **切り身**



下した魚の切り身を調理します。

形状の種類 **丸身**



丸身の魚を調理します。
内臓を取り除いた物を使用します。

1尾約200～400gの物を使用します。それ以上の物は、仕上がり調節 **やや強** または **強** で加熱します。

形状の種類 **干物**



魚の干物を調理します。
1枚約100g以上、または1尾100g以上の物を使用します。

1回調理できる分量は、200g～1kgです

分量が多過ぎたり、少な過ぎたりするとうまく仕上がらないことがあります。

味付けは

好みのもので調理することができます。

塩こしょう以外の味付けを加熱する場合、または塩こしょうとその他の味付けを同時に加熱する場合は、焼き色がつきやすいため仕上がりを調節 **やや弱** または **弱** で加熱します。

たれに漬け込んだ魚を調理する場合は

キッチンペーパーでかるくふき取ります。

野菜と一緒に焼く場合は

●分量の目安は、魚に対して0.6～1倍程度の分量までです。

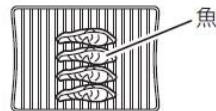
●ひとくち大または約5mm厚さに切り、大きさを揃えます。野菜の種類や切り方によっては焼き色がつきすぎる場合があります。焼き色を抑えたいものは早めに取り出します。

冷凍保存した食材は

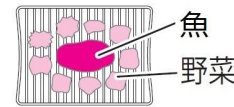
常温・冷蔵保存した食材と同時に調理するとうまく上がりません。常温・冷蔵保存の食材と冷凍保存した食材に分けて別々に加熱します。

並べかたは

焼網の中央に寄せて並べます。



野菜も調理する場合は、魚のまわりに並べます。



アルミホイルは使わない

火花(スパーク)の原因になります。

いか、たこ、えびなどは調理しない

殻や皮(膜)のある物は、はじけや飛び散ることがあります。

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。

アレンジレシピを調理する場合は

表を参照し、仕上がりを調節と形状の種類を選択します。

オートメニュー名	形状の種類	仕上がりを調節	アレンジレシピ名
熱風旨み焼き(魚)	切り身	標準(中)～強	塩ざけ
			塩さば
		弱～やや弱	ぶりの照り焼き
	丸身	標準(中)～強	さわらの西京焼き
			白身魚のムニエル
		弱～やや弱	さんまの塩焼き
干物	標準(中)～強	白身魚の和風グリル	
		鯛のレモンハーブ焼き	
	干物	標準(中)～強	あじの開き

		弱 ~ やや弱	さばのみりん干し
--	--	---------	----------

関連するコツ(別紙)

熱風旨み焼きメニューの上手な冷凍保存（フリージング）のコツ