

きのこの炊き込み御飯



● 材料 (12人分)

米	1kg	
まいたけ	100g	
しめじ	100g	
しいたけ	100g	
にんじん	100g	
油揚げ	60g	
a	酒	70ml
	醤油	30ml
	塩	8g
だし汁	1100ml	

✓ まず始めに

食材を投入する際には、スチームコンベクションオーブンが**指定の調理モード・調理温度**で立ち上がっていることを**必ず確認**してください。

1	調理モード	コンビ スチーム量 100%	調理温度	130℃
	調理時間	25分	オプション機能	—
2	蒸らし	10～15分		
	使用備品	65mmホテルパン、ホテルパン専用蓋		

POINT

- ・下準備 4 の油揚げは、鍋に沸かしたお湯にサッとくぐらせるか、平らなザルにのせて熱湯をかけて油抜きします。
- ・調理前に米と具材を混ぜないようにしてください。混ぜると上手に炊き上がらない場合があります。



写真1

● 下準備

- 1 米は十分に水洗いし、30分以上浸水させた後ザルに取り水気を切っておきます。
- 2 まいたけとしめじは細かくほぐし、しいたけはスライスします。
- 3 にんじんは千切りにします。
- 4 油揚げは油ぬきをし、よく水分を絞ってから細く切ります。
- 5 ボールにaとだし汁を合わせて調味液を作ります。
- 6 ホテルパンに ① の米を入れ、② のきのこ類、③ のにんじん、④ の油揚げをのせます。 [写真1](#)
- 7 ⑥ に⑤ の調味液を注ぎ入れ [写真2](#)、ホテルパン専用蓋をします。



写真2



写真3

● 調理

- 1 スチームコンベクションオーブんにホテルパンを投入し、**コンビモード (100%) 130℃で25分**調理します。
- 2 調理が終わったらホテルパンを取り出し [写真3](#) 熱いうちに軽く混ぜ合わせた後、再び蓋をして **10～15分間**蒸らします。 [写真4](#)



写真4