

干し芋 [Sクラス専用]

合計加熱調理時間 約 **130分**

[1人分：112kcal/ 食塩相当量：0.0g]

※1人あたり50gとして計算

じっくりと蒸しあげた干し芋は、手でちぎれるほどやわらか。
ねっとりとした食感と甘みはやみつきになりそう。



材料 (仕上がり1380g)

サツマイモ(紅はるか) 2250g

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

仕上がり1380g

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	スチーム	-	40分	100℃	-
2	コンビ	0%	90分	70℃	-

作り方

- 65mmの穴あきホテルパン1枚にサツマイモを並べ【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1のホテルパンを取り出し、熱いうちにサツマイモの皮をむき、縦厚さ1cmに切る。
- 20mmのテフロンホテルパン3枚に2を並べ【設定2】で予熱後、加熱する。



調理ポイント

◆さつま芋は甘みの強くねっとりした、紅はるかや安納芋を選ぶとよい。