

BBQ 焼き方ガイド

お肉や魚介を美味しく焼き上げる為の
焼き方と時間の目安です。

- ⚠ 十分に鉄板が温まった状態で調理を行ってください。
- ⚠ 天候の影響で鉄板の熱が伝わりづらい場合、加熱時間や火力をご調整ください。
- ⚠ こちらの焼き方は目安です。中心部までしっかりと火を通してお召し上がりください。

黒トング

- 生肉用
- 生食材用

シルバートング

- 焼きあがった食材用

ペッパー・リブフィンガー



- 1 塩で下味をつけて
中火の鉄板中央で両面を2分ずつ焼く
- 2 中火の鉄板隅に移して1分焼く
- 3 まな板の上で2分休ませる
- 4 休ませた後に両面を1分ずつ焼く

レモンマリネポーク



- 1 中火の鉄板中央で両面を2分半ずつ焼く
- 2 ひっくり返して中火の鉄板隅で
両面を2分ずつ焼く
- 3 まな板の上で3分休ませる
- 4 最後に強火の鉄板中央で
両面を1分ずつ焼く

ジャークチキン



- 1 中火の鉄板中央で両面を2分ずつ焼く
- 2 もう一度ひっくり返して
鉄板中央で両面を1分ずつ焼く
- 3 まな板の上で3分休ませる
- 4 最後に中火の鉄板中央で
身側を2分焼く

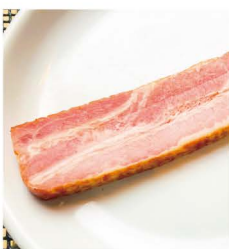
フランクソーセージ



- 1 強火で転がしながら7分焼く

厚切りベーコン

〈プレミアムBBQ食材〉



- 1 中火の鉄板中央で片面を2分焼く
- 2 ひっくり返して同様に2分焼く

マグロのハーブマリネ

〈プレミアムBBQ食材〉



- 1 中火の鉄板中央で両面を3分ずつ焼く
- 2 ひっくり返して中火の鉄板隅で
両面を3分ずつ焼く

赤海老

〈プレミアムBBQ食材〉



- 1 海老の両面をしっかりと塩・こしょうで
下味をつける
- 2 強火で両面3分ずつ焼く
- 3 殻をむいてお召し上がりください

焼き野菜



- 1 各野菜に塩・こしょうで下味をつける
- 2 各野菜、中火で良く加熱して
お召し上がりください