



今号の  
テーマ

## 失敗から学ぶ！ スチコン活用術

スチームコンベクションオープン(スチコン)は一般家庭では馴染みの無い機器なので、使い慣れるまで失敗することも多々…  
そこで、よくある失敗例と改善方法を株式会社ラショナル・ジャパンのコーポレートシェフ 阿部さんに聞いてみました！

ラショナル製  
スチームコンベクションオープン  
「iCombi Pro」



### 失敗例

#### 失敗例 1 生焼けになる！



芯温センサーを使って肉や魚を焼いているのに、生焼けになる！



改善！

#### 失敗例 2 焦げる！ ベチャ生地になる！



デッキオープンでケーキ生地を焼く設定値でスチコン調理したら焦げるし、温度を下げたらベチャ生地になる！



簡単！

#### 失敗例 3 清掃エラーが出る！



調理後、洗剤を使って庫内をちゃんと拭き清掃しているのに、清掃エラーが出る！

解決！

#### 失敗例 4 設定変更が…？



自動調理のプログラムモードに慣れ過ぎて、いつもと違う食材を調理するとき、自分で設定を変更して調理できない…

### 改善方法



- **芯温センサーが食材を突き抜けてませんか？**  
一部機種では、鉄板や骨にセンサー部が当たると、実際より高い温度を検知して、加熱終了する場合があります。**食材の中心部にセンサー先端が来るように挿す**ことがポイントです。

食材を突き抜けて、芯温センサーが高温の鉄板に触れている



- デッキオープン200℃で焼成していた場合、**スチコンではオープンモード170℃・湿度70%程度**を目安に調理してください。スチコンは庫内が密閉されているので、**デッキオープンと比べ設定温度を下げる必要があります**。また、スチコンのオープンモードで「湿度70%」に設定することで生地から出てくる水分を庫外に排出してベタつきを抑えます。なお、**予熱完了の前に食材をスチコンに投入すると、パサつき・焦げの原因**になります。



- 専用洗剤を投入して、洗浄モードで庫内を洗ってください。洗浄モードではスチコンの内壁だけでなく、**内部タンクや配管も洗浄**しています。拭き掃除する時間の人件費を考えると、**専用洗剤を使った自動洗浄の方が簡単&低コスト**です。

- 次のページの**スチコン活用ポイント**を是非お読みください。仕組みを理解すれば、応用しやすくなります。



# スチコン活用ポイント

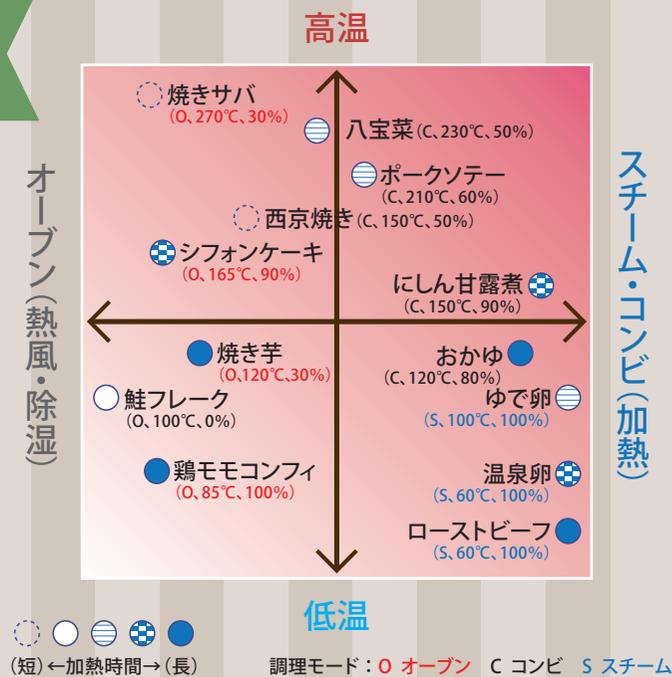
株式会社ラショナル・ジャパン  
でコーポレートシェフをしている  
阿部です。

スチコンの仕組みを理解すると、  
通常のオープンの「焼く」に加え、  
「蒸す・煮る・茹でる」といった  
様々な調理に応用できます。

例えば焼き魚、10分以上かけて焼いてパサ  
ついてませんか？最近のスチコンは高温度  
を安定して出せるので、オープンモード  
270℃で5分程度焼くだけで、表面パリッ！  
中ジュ〜ジ〜に調理できますよ。



《チャート式 スチコン設定例》



## スチコン活用ポイント

### ① オープンモード



熱風で食材を加熱して「焼く」調理をします。  
パリッ！カリッ！と仕上げる時に  
使うモードです。

#### ■調理例

	温度℃	湿度※%	時間
シフォンケーキ	165℃	90%	20~30分 (風弱め)
焼きサバ	270℃	30%	5分

※ラショナル製スチコンのオープンモードでは、食材から出る水分を庫外に排出して、  
庫内を設定した湿度になるよう調整しています。

## スチコン活用ポイント

### ② スチーム、コンビモード



熱風+過熱水蒸気で食材を加熱して、  
「炒める」「煮る」調理もできます。

#### ■調理例

	温度℃	湿度%	時間
八宝菜、ホイコーロー	230℃	30~50%	5~8分
おかゆ	120℃	80%	3時間
焼き芋	120℃	30%	1.5時間 (芋が太い場合は2時間)

湿度の違いイメージ

気温35℃

湿度10%

湿度90%

気温が同じ日でも、湿度が高いとより暑い。スチコンも同じ原理です。オープン熱風に過熱水蒸気の熱もプラスして調理するので、より高熱量で素早く焼き上げます。

より詳しく、スチコンなど電化厨房の活用術を知りたい方は、ほくでん本店にある「エレナード・ザ・キッチン」で開催される無料セミナーに是非ご参加ください！