

# Super Steam 牛肉の山椒焼き

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：7人分

## 写真

盛付写真



④加熱前 ホテルパン写真



④加熱後 ホテルパン写真



※写真は7人分、1/1ホテルパンを使用しています。

## 材料(1人分)

	牛カルビ肉 (1枚20g)	80 g
A	濃口醤油	10 g
	みりん	8 g
	酒	8 g
	砂糖	3 g
	山椒1	0.5 g
	山椒2	適量
栄養成分	エネルギー 488 kcal ・ たんぱく質 9.7 g ・ 脂質 40.0 g ・ 炭水化物 14.9 g ・ 食塩 1.5 g	

## 作業手順

下処理	① 肉をカットし、筋切りする。
下処理	② 鍋でAを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調え冷却する。
	③ ①と②を2時間浸ける。
加熱	④ オープンシートを敷いたホテルパンに汁気を切った③を並べ、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン    アルミ    調理設定    熱風    ・    200℃    ・    4~6分    ・    風量4
提供	⑤ 器に盛付け、山椒2をかける。