

Super Steam 酢豚

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：20人分

写真

盛付写真



⑤加熱前 ホテルパン写真



⑤加熱後 ホテルパン写真



※写真は20人分、1/1ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

豚肩ロース肉 (1個15g)	60 g	B	中華スープ	16 g
塩	0.1		酢	8 g
白コショウ	適量		ウスターソース	6.5 g
片栗粉1	3 g		砂糖	4 g
オイルスプレー	適量		濃口醤油	3 g
			ケチャップ	3 g
			片栗粉2	1.6 g
A 人参 (10g乱切り)	20 g		サラダ油	3 g
たけのこ水煮 (5g乱切り)	10 g			
玉ねぎ (2cm角切り)	20 g			
ピーマン (2cm角切り)	10 g			
栄養成分	エネルギー	264 kcal	たんぱく質	11.8 g
			脂質	16.3 g
			炭水化物	15.3 g
			食塩	1.3 g

作業手順

下 処 理	① ホテルパンにAを入れ、予熱したスチコンで加熱する。
	使用ホテルパン 穴あき 調理設定 スチーム ・ スチーム2 ・ 10分 ・ 風量4
	② 肉に塩、白コショウを振り、片栗粉1をまぶす。
下 処 理	③ オイルスプレーをしたホテルパンに②を並べ、上からオイルスプレーをし、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 ・ 220℃ ・ 5分 ・ 風量4
加 熱	④ Bを混ぜ合わせて味を調え、さらに片栗粉2を混ぜる。
	⑤ ホテルパンに①、玉ねぎ、ピーマン、③、④、サラダ油を入れ、よくかき混ぜて、予熱したスチコンで加熱する。
提 供	使用ホテルパン 65mm 調理設定 コンビ 100% ・ 170℃ ・ 10分 ・ 風量4
提 供	⑥ 加熱後、かき混ぜて器に盛付ける。

調理のポイント

- ・ とろみを付ける場合、合わせ調味液の総重量に対して4～6%程度の片栗粉を混ぜ合わせるとよい。
- ・ ピーマンの退色が気になる場合は、加熱の途中に入れてもよい。
- ・ 1/1ホテルパン (肉) の目安・・・600g



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2021.12