

Super Steam 鶏肉と里いもの煮物

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：25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12人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

鶏もも肉 (1個20g)	40 g	いんげん	適量		
冷凍里いも	60 g				
A	だし汁	45 g			
	薄口醤油	5 g			
	みりん	5 g			
	酒	5 g			
	砂糖	2 g			
栄養成分	エネルギー 154 kcal	たんぱく質 8.4 g	脂質 5.7 g	炭水化物 14.9 g	食塩 0.8 g

作業手順

下処理	① 肉をカットする。
下処理	② オープンシートを敷いたホテルパンに①を並べ、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン 25mm 調理設定 スチーム ・ スチーム2 ・ 5分 ・ 風量4
加熱	③ 鍋でAを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
加熱	④ 鍋でいんげんを塩ゆでして冷水にさらし、水気を切り、2等分にカットする。
加熱	⑤ ホテルパンに冷凍里いも、②を入れ、上からキッチンペーパーをかけ、③を流し、さらにホテルパンで蓋をし、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン 65・25mm 調理設定 コンビ 100% ・ 140℃ ・ 20分 ・ 風量4
提供	⑥ 加熱後、10分程度蒸らす。 ⑦ 器に盛付け、④のいんげんを添える。

調理のポイント

- ・ キッチンペーパーは不織布を使用する。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2022.7