

Super Steam アクアパッツァ

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：10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10人分、1/1ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

白身魚切り身 (1切れ70g)	70 g	B	ミニトマト (1個10g)	40 g	
塩	0.8 g		黒オリーブ (種抜き)	5 個	
白コショウ	適量				
オリーブオイル	4 g		白ワイン	15 g	
A	赤パプリカ (1cm厚拍子木切り)	10 g	C	水	20 g
	黄パプリカ (1cm厚拍子木切り)	10 g		アンチョビ (みじん切り)	1 g
	ズッキーニ (1cm厚半月切り)	8 g		ケッパー	1 g
	にんにく(3mm厚スライス)	1 g		黒コショウ(粗挽き)	適量
			タイムまたはローリエ	適量	
			イタリアンパセリ (みじん切り)	適量	
<u>調理済みあさりのワイン蒸し</u>	40 g				
…「魚料理」・「蒸し物」参照					
栄養成分	エネルギー 158 kcal	たんぱく質 14.9 g	脂質 6.6 g	炭水化物 6.7 g	食塩 2.3 g

作業手順

下処理	① 魚、野菜、アンチョビ、イタリアンパセリをそれぞれカットする。
	② ①の魚に塩、白コショウを振る。
下処理加熱	③ 鍋に白ワインを入れ、煮切り、Cを混ぜ合わせる。
加熱	④ ホテルパンに②を並べ、オリーブオイルをかけ、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン 65mm 調理設定 熱風 ・ 200～220℃ ・ 4～5分 ・ 風量4
	⑤ ④を取り出し①のA、調理済みあさりのワイン蒸し、Bを入れ、③を流し、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン 65mm 調理設定 コンビ 100% ・ 160℃ ・ 10分 ・ 風量4
提供	⑥ 器に盛付け、①のイタリアンパセリを散らす。

調理のポイント

- 魚、野菜、香辛料等は好みの素材を使用する。
- にんにくは手順④で加熱してもよい。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2024.6