

Super Steam かぼちゃと大豆の松風焼き

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



⑥加熱前 ホテルパン写真



⑥加熱後 ホテルパン写真



※写真は10人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

鶏ひき肉	35 g	A	卵白	5 g
乾燥大豆ミート	5 g		白味噌	5 g
かぼちゃ（皮むき・5mm厚スライス）	25 g		みりん	3 g
玉ねぎ（粗みじん切り）	10 g		薄口醤油	3 g
			砂糖	3 g
			片栗粉	3 g
			白ごま	適量

栄養成分 エネルギー 150 kcal ・ たんぱく質 11.8 g ・ 脂質 3.8 g ・ 炭水化物 16.8 g ・ 食塩 0.9 g

作業手順

下処理	① 野菜をそれぞれカットする。
下処理	② ホテルパンに①のかぼちゃを入れ、予熱したスチコンで加熱する。
加熱	使用ホテルパン 穴あき 調理設定 スチーム ・ スチーム2 ・ 10～15分 ・ 風量4 ③ ②のかぼちゃ、Aをフードプロセッサーにかける。 ④ 乾燥大豆ミートは熱湯で戻して、水気を切る。 ⑤ ボウルに③、④、①の玉ねぎを入れて混ぜ合わせる。
加熱	⑥ オープンシートを敷いたホテルパンに⑤を流し、平らにならし、白ごまをかけ、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 コンビ 50% ・ 160℃ ・ 15～20分 ・ 風量4
提供	⑦ 加熱後、好みの大きさにカットし器に盛付ける。

調理のポイント

- ・ 手順④の大豆ミートの戻し時間は、メーカー推奨を目安にするとよい。
- ・ 大豆ミートを使用する事で軟らかい食感となる。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2023.12