

Super Steam かぼちゃとベーコンの煮物

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：30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20人分、2/3ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

	かぼちゃ (20g乱切り)	60 g	いんげん	適量
	ベーコン (1cm幅カット)	10 g		
A	だし汁	35 g		
	薄口醤油	5 g		
	砂糖	5 g		
	みりん	2 g		
栄養成分	エネルギー	124 kcal	たんぱく質	2.9 g
			脂質	4.1 g
			炭水化物	19.0 g
			食塩	1.0 g

作業手順

下処理	① かぼちゃ、ベーコンをそれぞれカットする。
下処理	② 鍋でAを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
加熱	③ 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	④ ホテルパンに①を入れ、上からキッチンペーパーをかけ、②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。
加熱	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	⑤ 加熱後、10分程度蒸らす。
提供	⑥ 器に盛付け、③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。

