

# Super Steam 筑前煮

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15g)	30 g	だし汁	36 g
冷凍里いも	30 g	干しいたけの戻し汁	9 g
人参 (10g乱切り)	10 g	B 濃口醤油	6 g
A たけのこ水煮 (10g乱切り)	10 g	みりん	6 g
ごぼう (5g乱切り)	5 g	砂糖	4 g
干しいたけ (水戻し・2等分)	10 g	いんげん (塩ゆで・2等分)	5 g
<b>栄養成分</b> エネルギー 132 kcal ・ たんぱく質 7.1 g ・ 脂質 4.4 g ・ 炭水化物 16.1 g ・ 食塩 0.9 g			

## 作業手順

下 処 理	① オープンシートを敷いたホテルパンに肉を並べ、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
	② ホテルパンに冷凍里いもを入れ、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
加 熱	③ 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 ・ 15分 ・ 風量4
提 供	④ 鍋でBを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
	⑤ ホテルパンに①、②、③、干しいたけを入れ、上からキッチンペーパーをかけ、④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% ・ 160℃ ・ 30分 ・ 風量4
	⑥ 加熱後、10分程度蒸らす。
	⑥ 器に盛付け、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。