

Super Steam 卵豆腐

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15人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

卵	50 g	めんつゆ	適量	
A	だし汁	50 g	小ねぎ (小口切り)	適量
	みりん	3 g		
	塩	0.7 g		
栄養成分				
エネルギー	87 kcal	たんぱく質	6.5 g	
		脂質	5.2 g	
		炭水化物	2.3 g	
		食塩	1.2 g	

作業手順

下 処 理	① 小ねぎをカットする。
	② 卵は溶いておく。
	③ ②に合わせたAを混ぜ合わせて、シノワでこす。
加 熱	④ ホテルパンに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 スチーム ・ 80~85℃ ・ 20~30分 ・ 風量3
提 供	⑤ 加熱後、好みの大きさにカットし器に盛付け、めんつゆをかけ、①の小ねぎを散らす。

調理のポイント

- ・ 好みの仕上がりに応じて、手順④の加熱温度、時間を調節する。

