

# Super Steam 中華風茶碗蒸し

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：18個分

(耐熱容器)

## 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1個50g、1/1ホテルパンを使用しています。

## 材料(1個分)

卵	25 g	中華スープ2	15 g
		みりん	1 g
A 中華スープ1	70 g	B 薄口醤油2	0.5 g
薄口醤油1	3 g	紹興酒	0.5 g
酒	3 g	生姜 (すりおろし)	0.2 g
		水溶き片栗粉	適量
むきエビ (下処理後1尾5g)	5 g		
しいたけ (3mm厚スライス)	5 g	カニかまぼこ (2cm幅カット)	2 g
		小ねぎ (小口切り)	適量
栄養成分	エネルギー 58 kcal	たんぱく質 5.3 g	脂質 2.6 g
		炭水化物 2.1 g	食塩 0.8 g

## 作業手順

下 処 理	① しいたけ、小ねぎをそれぞれカットし、生姜はすりおろす。
	② カニかまぼこをカットし、ほぐす。
	③ むきエビは下処理する。
	④ よく溶いた卵に合わせたAを混ぜ合わせてシノワでこす。
加 熱	⑤ 耐熱容器に①のしいたけ、③を入れ、④を100g流し、ホテルパンに並べ、風除けをし、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン 穴あき・焼き網 調理設定 スチーム ・ 85℃ ・ 15~20分 ・ 風量3
	⑥ 鍋でBを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調え水溶き片栗粉でとろみを付け、①の小ねぎ、②を入れる。
提 供	⑦ ⑤に⑥をかける。

## 調理のポイント

- 耐熱容器の材質、卵液の量によって、加熱時間を調節する。
- 手順⑤の際、風除けとして穴あきホテルパンの上にオープンシートをかけ、焼き網をのせるとよい。  
風除けをしない場合は、風量2が望ましい。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2022.8