

Super Steam ひじき入り卵焼き

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：50人分

写真

盛付写真



③加熱前 ホテルパン写真



③加熱後 ホテルパン写真



※写真は32人分、2/3ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

卵	40 g
A	
だし汁	7.5
砂糖	2 g
<u>調理済みひじきの煮物</u>	15 g
…「野菜」・「煮物」参照	
栄養成分	エネルギー 81 kcal ・ たんぱく質 5.3 g ・ 脂質 4.7 g ・ 炭水化物 4.1 g ・ 食塩 0.3 g

作業手順

下 処 理	① 卵はよく溶いておく。
	② ①に合わせたA、調理済みひじきの煮物を混ぜ合わせる。
加 熱	③ オープンシートを敷いたホテルパンに②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 コンビ 50% ・ 160℃ ・ 15～20分 ・ 風量4
提 供	④ 加熱後、好みの大きさにカットし、器に盛付ける。