

## 山菜おこわ

### 材料（10人分）

もち米		600g
山菜水煮		250g
だし汁	}	250cc
みりん		30cc
酒		30cc
薄口醤油		25cc
塩		2g



※1 / 1ホテルパン1枚：20人分

### <作業手順>

1. もち米は洗って一晩水に浸けておく。
2. 山菜をAで煮て、具と汁に分ける。
3. 水気を切ったもち米を蒸しネットで包む。
4. 予熱したスチコンで加熱する。
5. 途中1～2回2のAをかけ、終了10分前に具を入れる。
6. 加熱終了後、全体をよくかき混ぜる。

### <調理データの目安>

- スチームモード
- スチーム2・45分

### <栄養成分>

エネルギー	233kcal
タンパク質	4.4g
脂質	0.6g
塩分	0.7g

### <メモ>

.....

.....

.....