

Super Steam 麦ご飯

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：20人分

写真

盛付写真



②加熱前 ホテルパン写真



②加熱後 ホテルパン写真



※写真は20人分、1/1ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

米	65 g
大麦	15 g
水	90 g

栄養成分 エネルギー 282 kcal ・ たんぱく質 4.9 g ・ 脂質 0.8 g ・ 炭水化物 61.8 g ・ 食塩 0.0 g

作業手順

下
処
理

① 米は洗って30分程度水に浸漬する。

加
熱

② ホテルパンに水切りした①、大麦、水を入れ平らにならし、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℃ ・ 25分 ・ 風量4

提
供

③ 加熱後、10分程度蒸らす。

④ かき混ぜて器に盛付ける。

調理のポイント

- ・ 水加減は、重量比で米1：水1.1～1.2倍が目安。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2021.12