

Super Steam 深川めし

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：18人分

写真

盛付写真



⑦加熱前 ホテルパン写真



⑦加熱後 ホテルパン写真



※写真は9人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

	米	75 g		水2	70 g
	あさり (殻付き・砂抜き済み)	80 g		あさりの煮汁	10 g
			B	濃口醤油	6 g
				酒2	4 g
A	水1	10 g			
	酒1	5 g		小ねぎ (小口切り)	適量
	たけのこ水煮 (1cm角切り)	20 g			
	生姜 (3mm厚千切り)	1 g			

栄養成分 エネルギー 296 kcal ・ たんぱく質 7.5 g ・ 脂質 0.8 g ・ 炭水化物 60.1 g ・ 食塩 1.7 g

作業手順

下処理	① 米は洗って30分程度水に浸漬する。
	② たけのこ、生姜、小ねぎをそれぞれカットする。
	③ あさは砂抜きをする。
下処理加熱	④ 鍋に③、Aを入れて蓋をし、中火で殻が開くまで加熱する。
	⑤ ④をあさりと煮汁に分け、あさは殻から身を外す。
	⑥ 鍋でB、⑤のあさりの煮汁を混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
加熱	⑦ ホテルパンに水切りした①、②のたけのこ、生姜、⑥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
	⑧ 加熱後、⑤のあさりを入れ、10分程度蒸らす。
提供	⑨ かき混ぜて器に盛付け、②の小ねぎを散らす。

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。