

Super Steam 鶏肉と山菜の炊きおこわ

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：15人分

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15人分、1/1ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

米	40 g	水	65 g
もち米	40 g	酒	7.5 g
山菜水煮	30 g	B 薄口醤油	5.5 g
A 鶏もも肉 (1cm角切り)	20 g	みりん	2 g
油揚げ (1cm角切り)	6 g	塩	適量
		木の芽	適量
		黒ごま	適量
栄養成分 エネルギー 376 kcal ・ たんぱく質 10.4 g ・ 脂質 6.1 g ・ 炭水化物 65.1 g ・ 食塩 1.0 g			

作業手順

下処理	① 米は洗って30分程度水に浸漬する。
	② もち米は洗って水切りする。
	③ Aをそれぞれカットする。
下処理加熱	④ 鍋でBを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
加熱	⑤ ホテルパンに水切りした①、②、③、山菜水煮、④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℃ ・ 30分 ・ 風量4
提供	⑥ 加熱後、10分程度蒸らす。
	⑦ かき混ぜて器に盛付け、木の芽、黒ごまを散らす。

調理のポイント

- もち米と米を1：1で使用する場合の水加減は、重量比でもち米＋米1：水1倍が目安。