

## 豚の角煮（真空調理）

### 材料（10人分）

豚バラ肉ブロック	1000g
だし汁	40cc
濃口醤油	20cc
さしみ醤油	5cc
酒	10cc
みりん	15cc
砂糖	8g
生姜	5g
塩	0.4g

A



※1/1ホテルパン1枚：20人分



### <作業手順>

1. 肉はブロックごと穴あきホテルパンに入れ、肉の中心に芯温計を刺し、予熱したスチコンで加熱する。
2. Aは混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
3. 1、2ともに、加熱終了後90分以内に、フラストチラーで芯温3℃以下に急速冷却する。
4. 肉を1個80g前後にカットして、調味液と共に真空パックする。（真空度：99%以上）
5. 4を穴あきホテルパンに入れ、予熱したスチコンで加熱する。
6. 加熱終了後30分以内に、フラストチラーで芯温3℃以下に急速冷却する。
7. 0～3℃のチルド庫で保存する。（品質保持期間96時間）
8. 予熱したスチコンで7を再加熱する。

### <調理のポイント>

- 真空包装物の芯温の計測は、真空調理用芯温計を使用すること。
- 真空包装時の調味液分量は、真空フィルムに入れた材料重量の約10%～20%を目安とする。

### <メモ>

.....  
 .....  
 .....

### <調理データの目安>

（手順1の加熱）

- スチームモード
- 80℃・芯温68℃

（手順5の加熱）

- スチームモード
- 80℃・3時間

（手順8の再加熱）

- スチームモード
- 85℃・15分
- （芯温75℃以上）

### <栄養成分>

エネルギー	445kcal
タンパク質	13.7g
脂質	40.1g
塩分	0.6g



マルゼン