

〈軟骨ソーキ肉〉

真空調理 / オーバーナイト調理

〈ソーキそば〉

クックチル / 皿盛り再加熱方式

軟骨ソーキそば



使用ホテルパン：25mm

1/1 ホテルパン1枚分：6皿

材料 (10人分)

【軟骨ソーキ肉】

軟骨ソーキ肉 (軟骨入りあばら肉) …	600g
水 (ボイル用) …	1800g
酒または泡盛 …	90g
だし汁 …	180g
濃口醤油 …	20g
味醂 …	20g
砂糖 …	20g
生姜 (スライス) …	20g

【ソーキそば】

冷凍沖縄そば麺 (1玉150g) …	10玉
そばつゆ …	2400g
粉ゼラチン …	50g
(加熱済) 軟骨ソーキ肉 …	600g
かまぼこ (スライス) …	10枚
小ネギ (小口切り) …	適量
紅生姜 …	適量

エネルギー：517kcal たんぱく質：24.3g 脂質：22.5g カルシウム：25mg 鉄：2.3mg 塩：1.8g

作り方

【軟骨ソーキ肉】

- 鍋に肉、水、泡盛を入れてひと煮立ちさせる。
- ①をザルにあけ、流水でよく洗い水気を切っておく。
- Aを沸騰させて10℃以下まで冷ましておく。
- フィルムに②、③、生姜を入れて真空パックする。(真空度99%)
- 予熱したスチコンまたはTTホットクッカーで加熱する。(加熱①)
- ブラストチラーで冷却する。(90分以内に3℃以下まで)
- チルド庫で保存する。(0~3℃で保存 ※5日以内) ※冷凍の場合約8週間保存

【ソーキそば】

- そばつゆを沸騰させ、ゼラチンを溶かす。
- ⑧をホットパックする。
- ⑨をブラストチラーで冷却する。(90分以内に3℃以下まで)
- 麺を流水で解凍して水気をよく切る。
- 麺を専用食器に盛付け、上に肉、⑩のゼラチン溶液、Bを順に盛付けてフタをする。
- ホテルパンに並べてチルド庫で保存する。(0~3℃で保存)
- 予熱したスチコンで再加熱する。(加熱②)

加熱①

- スチームモード
- 92℃・8時間以上

加熱②

- コンビモード
- 120℃・30分
- 蒸気量30% (芯温75℃以上まで)



スチームコンベクションオープン スーパースチーム 実演機器



SSCX-10THNU
 エクセレントシリーズ



SSC-05MSCNU
 スタンダードシリーズ



SSC-02MSCNU
 スタンダードシリーズ



POINT

- クックチルの応用方法で、ピーク時の作業量のコントロールにつながる。
- 前日までに準備し保存することで、早出緩和、人員確保などのメリットがある。
- 麺の解凍は種類により処理を変更する。

全国各地でスーパースチーム調理講習会 開催中!!

開催日	主催営業所	連絡先	講習時間
● 12月8日(火)	立川営業所	042-523-5101	13:00 ~ 16:00
● 12月11日(金)	営業開発部	03-5603-7766	13:00 ~ 17:00
● 12月15日(火)	神戸営業所	078-621-5371	13:00 ~ 16:00
● 1月14日(木)	岐阜営業所	058-271-3701	13:00 ~ 16:00

※詳細は主催営業所にお問い合わせください。

参加費
 無料

その他の日程については営業本部 (03-5603-7788) までお問い合わせください。