

Super Steam さつまいもと豚肉のきんぴら

調理システム： クックサーブ

1/1ホテルパン： 30人分

写真

盛付写真



④加熱前 ホテルパン写真



④加熱後 ホテルパン写真



※写真は15人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

さつまいも（1cm幅拍子木切り）	50 g	A	濃口醤油	4 g
豚もも肉（1cm厚細切り）	20 g		みりん	2 g
塩	0.2 g		砂糖	1.5 g
白コショウ	適量		白ごま	適量
片栗粉	2 g			
しめじ（小房分け）	10 g			
ごま油	2.5 g			
栄養成分 エネルギー 162 kcal ・ たんぱく質 5.3 g ・ 脂質 6.2 g ・ 炭水化物 20.9 g ・ 食塩 0.8 g				

作業手順

下処理	① さつまいもをカットする。
	② 肉に塩、白コショウを振り、片栗粉をまぶす。
	③ Aを混ぜ合わせて、味を調える。
下処理加熱	④ ホテルパンに①のさつまいもを入れ、予熱したスチコンで加熱する。
	使用ホテルパン 穴あき 調理設定 スチーム ・ 85℃ ・ 10分 ・ 風量4
加熱	⑤ ホテルパンに②、しめじ、ごま油を入れ、よくかき混ぜて、予熱したスチコンで加熱する。
	使用ホテルパン 65mm 調理設定 熱風 ・ 180℃ ・ 4分 ・ 風量4
	⑥ ④を取り出し、①、③、⑤を入れ、よくかき混ぜて、予熱したスチコンで加熱する。
提供	使用ホテルパン 65mm 調理設定 熱風 ・ 180℃ ・ 4分 ・ 風量4
	⑦ 加熱後、かき混ぜて器に盛付け、白ごまを散らす。

調理のポイント

- さつまいもの品種に応じて、手順④の加熱時間を調整する。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2026.8