

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



②加熱前 ホテルパン写真



③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)

<u>下処理済みたけのこ</u>		45 g	白ごま	適量
・・・「野菜料理」・「蒸し物」参照				
A	濃口醤油	4.5 g		
	ごま油	4.5 g		
	砂糖	4.5 g		
	酒	4.5 g		
	鶏がらスープの素	1.5 g		
	ラー油	1.5 g		
栄養成分		エネルギー	105 kcal ・ たんぱく質	2.2 g ・ 脂質
			7.1 g ・ 炭水化物	7.8 g ・ 食塩
				1.4 g

作業手順

下 処 理	① たけのこをカットする。
加 熱	② ホテルパンに①、合わせたAを入れ、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 コンビ 50% ・ 160℃ ・ 8分 ・ 風量4
	③ ②を取り出し、全体をかき混ぜて、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 コンビ 50% ・ 160℃ ・ 8分 ・ 風量4
提 供	④ 器に盛付け、白ごまをかける。