

Super Steam 黒豆煮

調理システム： クックチル

1/1ホテルパン： 40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20人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

	黒豆	15 g
A	水	75 g
	砂糖	15 g
	濃口醤油	1.8 g
	塩	0.3 g
	重曹	0.075 g
	黒豆用鉄	1 個
栄養成分		
	エネルギー	121 kcal
	たんぱく質	5.4 g
	脂質	2.9 g
	炭水化物	19.3 g
	食塩	0.6 g

作業手順

下 処 理 加 熱	① 鍋でAを沸騰させ、味を調え、冷却する。
	② ①に軽く水洗いした黒豆を入れ、一晚浸漬する。
	③ ②を強火にかけ、煮立ったらアクを取る。
加 熱	④ ホテルパンに③、黒豆用鉄を入れ、上からオープンシートをかけ、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% ・ 100℃ ・ 180分 ・ 風量4
急 速 冷 却	⑤ 加熱後、黒豆用鉄を取り出し、30分常温で粗熱を取る。
	⑥ ⑤をブラストチラーで冷却する。
保 存	使用ホテルパン 65mm 使用機器 ブラストチラー 設定 3℃以下 ・ 90分以内
	⑦ ホテルパンで蓋をし、チルド庫で保存する。
提 供	使用ホテルパン 65・25mm 使用機器 チルド庫 設定 0～3℃ ・ 5日間
	⑧ 器に盛付ける。

調理のポイント

- 黒豆が加熱後2日程度保存した方が黒色が戻りやすい。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2025.8