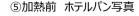
# Super Steam 桜エビとたけのこの炊き込みご飯

調理システム: クックサーブ 1/1ホテルパン: 18人分

### 写真

盛付写真







⑤加熱後 ホテルパン写真



※写真は18人分、1/1ホテルパンを使用しています。

#### 材料(1人分)

	1,2,1,1(±>	173 )								
	米			75 g		小ねぎ(小口切り)		適量		
	たけのこ水煮(5mm厚スライス)			30 g						
	油揚げ(1cm角切り)				5 g					
	桜エビ				1 g					
А	だし汁				75 g					
	みりん			4	1.5 g					
	薄口醤油		4.5 g							
	酒				3 g					
	塩			(	).5 g					
栄	養成分	エネルギー	315 kcal •	たんぱく質	7.5 g ·	脂質	2.4 g · 炭水化物	61.9 g·	食塩	1.3 g

### 作業手順

処② たけのこ、油揚げ、小ねぎをそれぞれカットする。

理

#### 下 ③ 鍋でAを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。

④ ホテルパンに②の油揚げを入れ、予熱したスチコンで加熱する。

理 使用ホテルパン スチーム ・ スチーム2 ・ 3分 穴あき 調理設定 加 熱

⑤ ホテルパンに水切りした①、②のたけのこ、④、桜エビ、③を入れ平らにならし、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。 加

熱 使用ホテルパン 65·25mm 調理設定 コンビ 100% 160℃ 25分 風量4

⑥ 加熱後、10分程度蒸らす。

⑦ かき混ぜて器に盛付け、②の小ねぎを散らす。 供

## 調理のポイント

・ 水加減は、重量比で米1:水1.1~1.2倍が目安。

• 風量4