

調理システム：真空調理／クックフリーズ

真空フィルム1枚分：16人分

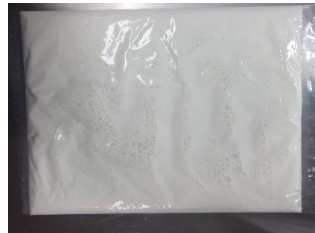
(300×400)

写真

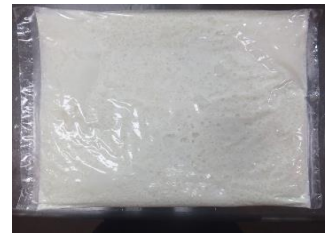
盛付写真



⑤加熱前 ホテルパン写真



⑤加熱後 ホテルパン写真



※写真は16人分、300×400mmの真空フィルムを使用しています。

材料(1人分)

米	12.5 g
A 牛乳	62.5 g
塩	0.25 g
きび砂糖	3 g
はちみつ	3 g
栄養成分	エネルギー 107 kcal ・ たんぱく質 2.8 g ・ 脂質 2.5 g ・ 炭水化物 18.0 g ・ 食塩 0.3 g

作業手順

下処理	① 米は洗って水切りする。
下処理加熱	② 鍋に①を入れて3分ゆで、水洗いして水気を切る。
急速冷却	③ プラストチャーで冷却する。 使用機器 プラストチャー 設定 10℃以下 ・ 60分以内
真空包装	④ フィルムに③、Aを入れ、真空パックする。 使用機器 真空包装機 設定 10℃以下 ・ 真空度：90%
加熱	⑤ ホテルパンに④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 ・ 98℃ ・ 60分 ・ 風量4
急速冷凍	⑥ プラストチャーで冷凍する。 使用ホテルパン 穴あき 使用機器 プラストチャー 設定 -5℃以下→-18℃以下 ・ 90分以内
保存	⑦ 冷凍庫で保存する。 使用ホテルパン 穴あき 使用機器 冷凍庫 設定 -18℃ ・ 8週間
再加熱	⑧ ホテルパンに⑦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3
急速冷却	⑨ プラストチャーまたは冷水チャーで冷却する。 使用ホテルパン 穴あき 使用機器 プラストチャー 設定 10℃以下 ・ 60分以内
提供	⑩ フィルムから取り出し、器に盛付け、きび砂糖、はちみつをかける。

調理のポイント

- ・ 新調理システムは、安全性の向上や計画生産による調理作業の平準化が可能。
- ・ 牛乳の分量は、重量比で米1：牛乳5倍が目安。
- ・ 真空パックする際、粘度のある液体等は、フィルムから吹きこぼれる直前でシールする。
- ・ 提供の際、米が硬い場合は牛乳を適量混ぜ合わせてもよい。
- ・ 提供の際、きび砂糖は米に混ぜ合わせてもよい。



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