

きのこと山菜の炊きあこわ

材料（10人分）

もち米	800g	
舞茸	100g	
しめじ	100g	
山菜水煮	170g	
鶏だし汁	} A 650g	
薄口醤油		45g
酒		15g
小ねぎ	30g	



※1/2ホテルパン1枚：8人分



<作業手順>

1. もち米は洗って水気をよくきる。
2. 山菜は水気をきり、舞茸としめじはカットする。
3. 合わせたA、1、2を65mmホテルパンに入れる。
20mmホテルパンで蓋をする。
4. 予熱したスチコンで3を加熱する。
5. 加熱後取り出して10分程蒸らす。
6. 器に盛り、ねぎを散らす。

<調理データの目安>

- コンビモード
- 140℃・25分
- 蒸気量100%

<メモ>

.....

.....

.....

<栄養成分>

エネルギー	301kcal
タンパク質	6.9g
脂質	1.0g
塩分	0.8g