

Super Steam 豚肉の生姜焼き

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：4人分

写真

盛付写真



③加熱前 ホテルパン写真



③加熱後 ホテルパン写真



※写真は4人分、1/1ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

豚ロース肉（1枚50g）	100 g
濃口醤油	8 g
酒	4 g
A 砂糖	4 g
みりん	3 g
生姜（すりおろし）	3 g

栄養成分 エネルギー 297 kcal ・ たんぱく質 20.0 g ・ 脂質 19.2 g ・ 炭水化物 6.7 g ・ 食塩 1.3 g

作業手順

下	① 生姜をすりおろす。
処	② 肉と合わせたAを2時間浸ける。
理	
加	③ ホテルパンに汁気を切った②を並べ、予熱したスチコンで加熱する。
熱	使用ホテルパン アルミ 調理設定 コンビ 50% ・ 180℃ ・ 8～10分 ・ 風量4
提	④ 器に盛付ける。
供	