

# Super Steam エビといちごのサラダ

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：24人分

(エビ)

## 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1尾15g、1/2ホテルパンを使用しています。

## 材料(1人分)

|      |                 |         |       |               |     |       |      |       |    |       |
|------|-----------------|---------|-------|---------------|-----|-------|------|-------|----|-------|
|      | むきエビ(下処理後1尾15g) | 30 g    | B     | フレンチドレッシング(白) | 7 g |       |      |       |    |       |
|      |                 |         |       | いちご1(2等分)     | 3 g |       |      |       |    |       |
| A    | かぶ(1cm幅くし形切り)   | 10 g    |       | トマト(粗みじん切り)   | 5 g |       |      |       |    |       |
|      | アスパラガス(3等分)     | 10 g    |       |               |     |       |      |       |    |       |
|      | 玉ねぎ(2mm厚スライス)   | 10 g    |       | いちご2(4等分)     | 5 g |       |      |       |    |       |
|      |                 |         |       |               |     |       |      |       |    |       |
|      |                 |         |       |               |     |       |      |       |    |       |
| 栄養成分 | エネルギー           | 65 kcal | たんぱく質 | 6.1 g         | 脂質  | 3.1 g | 炭水化物 | 3.1 g | 食塩 | 0.4 g |

## 作業手順

|      |   |
|------|---|
| 下処理  | ① 野菜、いちご1、2をそれぞれカットする。  |
|      | ② ①の玉ねぎを冷水にさらし、水気を切る。   |
|      | ③ むきエビは下処理する。   |
| 加熱   | ④ オープンシートを敷いたホテルパンに③を入れ、予熱したスチコンで加熱する。<br>使用ホテルパン 25mm 調理設定 スチーム 85℃ 7分 風量3 |
|      | ⑤ ホテルパンに①のAを入れ、予熱したスチコンで加熱する。<br>使用ホテルパン 穴あき 調理設定 スチーム 85℃ 7分 風量3           |
| 急速冷却 | ⑥ プラストチャーで冷却する。<br>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                  |
|      | ⑦ Bをフードプロセッサーにかける。  |
| 提供   | ⑧ 器に②の玉ねぎ、⑤のA、エビを盛付け、⑦をかけ、①のトマト、いちご2を散らす。                                   |
|      |   |
|      |   |
|      |   |
|      |   |
|      |   |
|      |   |

## 調理のポイント

- ・ アスパラガスはスナップえんどうやブロッコリー等、好みに応じて変更してもよい。
- ・ フレンチドレッシングは白い乳化タイプを使用する。
- ・ エビ、野菜は火の入れすぎに注意し、85℃程度の加熱とする。
- ・ 1/1ホテルパン(かぶ)の目安…2500g



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2023.8