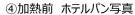
# Super Steam 蒸し野菜のバーニャカウダ

調理システム: クックサーブ 1/1ホテルパン: 40人分(A)

# 写真

## 盛付写真







④加熱後 ホテルパン写真



※写真は20人分、1/2ホテルパンを使用しています。

# 材料(1人分)

•	121/14(1人刀)						
Α	かぼちゃ(5mm厚スライス)	30 g	オ	リーブオイル	2.5 g		
	人参(1cm厚拍子木切り)	20 g	に	んにく (みじん切り)	1 g		
			ア	ンチョビ (みじん切り)		1.	5 g
В	アスパラガス(3等分)	15 g					
	赤パプリカ(1cm厚拍子木切り)	15 g	生	クリーム		2	0 g
	黄パプリカ(1cm厚拍子木切り)	15 g	C 塩	Ī		適量	星
		白	コショウ		適量		
		水	溶きコーンスターチ		適量		
栄	養成分 エネルギー 163 kcal・ たんは	《質 2.2 g・	脂質	11.8 g · 炭水化物	12.4 g ·	食塩	0.6 g

#### 作業手順

′	作業于順									
下処	① 野菜、アンチョビをそれぞれカットする。									
理										
下処	② オリーブオイルをひいた鍋でにんにく、アンチョビを順に炒める。									
理	③ ②に合わせたCを入れ、混ぜ合わせて沸騰させ、味を調え水溶きコーンスターチでとろみを付ける。									
加熱										
加熱	④ 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。									
	使用ホテルバ	ン 穴あき	調理設定	スチーム	•	85℃	•	15~20分	•	風量3
	⑤ ホテルパンに①のBを入れ、予熱したスチコンで加熱する。									
	使用ホテルバ	ン 穴あき	調理設定	スチーム	•	85℃	•	8~10分	•	風量3
提	⑥ 器に盛付け、③を添える。									
供										

## 調理のポイント

- ・ 1/1ホテルパン (野菜) 目安…2000~2500g
- ・ 手順④、⑤の際、用途に応じて加熱温度を調節する。

早く軟らかくする・・・95~100℃

食感を少し残す・・・85℃

生の食感を残す・・・70℃