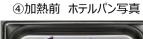
Super Steam 蒸しなすのトウチソースかけ

調理システム: クックサーブ 1/1ホテルパン: 9人分

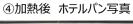
写真

盛付写真











※写真は4人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

		N34-1(T > < > >)						
		なす(縦2等分)	80 g		長ねぎ (みじん切り)			10 g
				В	トウチジャン(みじん切り)			3 g
		酢	6 g		にんにく (みじん切り)			1 g
		濃口醤油	3 g		•			
	Α	トウバンジャン	1 g					
		中華スープ顆粒	適量					
	栄	養成分 エネルギー	34 kcal・ たんぱく質 1.7 g	• 脂	旨質 0.3 g · 炭水化物	6.8 g ·	食塩	1.1 g

作業手順									
_	① なすを2等分にし、数箇所切れ目を入れる。								
下 処	② Bをそれぞれカットする。								
理									
	④ ホテルパンに①を並べ、予熱したスチコンで加熱する。								
加		用ホテルパン	穴あき	調理設定	スチーム		スチーム 2	・ 10~12分	· 風量4
熱									
急	(5)	ブラストチラ-	-で④を冷却する。						
速冷	使	用ホテルパン	穴あき	使用機器	ブラストチラー		設定	10℃以下 ・	60分以内
却									
提	6	器に盛付け、	、③をかける。						
供									

調理のポイント

・ 豆鼓醤(トウチジャン)は黒豆に塩、麹、酵母等を加え、発酵させて作る調味料。

中華料理では炒め物や蒸し物によく使用される。

トウチジャンがない場合、辛口の味噌や塩麹に濃口醤油を合わせた物でも代用が可能。