

Super Steam いものこ汁

調理システム： クックサーブ

1/1ホテルパン： 15人分

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7人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

A	里いも（10gカット）	30 g	C	だし汁	125 g
	鶏もも肉（10gカット）	20 g		薄口醤油	6 g
	こんにゃく（5g乱切り）	10 g		酒	1 g
	人参（5mm厚いちょう切り）	10 g		塩	0.2 g
	大根（5mm厚いちょう切り）	10 g			
B				小ねぎ（小口切り）	適量
	木綿豆腐（2cm角切り）	20 g			
	まいたけ（小房分け）	10 g			
栄養成分 エネルギー 87 kcal ・ たんぱく質 6.2 g ・ 脂質 3.8 g ・ 炭水化物 7.0 g ・ 食塩 1.3 g					

作業手順

下処理	① A、B、小ねぎをそれぞれカットする。
	② Cを合わせて味を調える。
下処理加熱	② 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。
	使用ホテルパン 穴あき 調理設定 スチーム ・ スチーム2 ・ 10分 ・ 風量4
加熱	④ ホテルパンに①のB、③を入れ、上からキッチンペーパーをかけ、②を流し、さらにホテルパンで蓋をし、予熱したスチコンで加熱する。
	使用ホテルパン 65・25mm 調理設定 コンビ 100% ・ 160℃ ・ 30分 ・ 風量4
提供	⑤ 器に盛付け、①の小ねぎを散らす。

