

# Super Steam 擬製豆腐

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：40人分

## 写真

盛付写真



⑤加熱前 ホテルパン写真



⑤加熱後 ホテルパン写真



※写真は40人分、1/1ホテルパンを使用しています。

## 材料（1人分）

	木綿豆腐(3cm角切り)	40 g		だし汁	6 g					
				めんつゆ（2倍濃縮）	6 g					
A	玉ねぎ（3mm厚スライス）	10 g	B	砂糖	3 g					
	人参（3mm厚スライス）	6 g		薄口醤油	1 g					
	しいたけ（3mm厚スライス）	4 g		塩	0.2 g					
	三つ葉（2cm幅カット）	2 g								
	卵	30 g								
栄養成分	エネルギー	98 kcal	たんぱく質	6.9 g	脂質	4.8 g	炭水化物	6.5 g	食塩	0.9 g

## 作業手順

下 処 理	① 木綿豆腐、野菜をそれぞれをカットする。
	② 卵は溶いておく。
下 処 理 加 熱	③ ホテルパンに①の木綿豆腐、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
	④ ボウルに②、合わせたB、③のA、くずした豆腐、①の三つ葉を順に入れて混ぜ合わせる。
加 熱	⑤ オープンシートを敷いたホテルパンに④を流し、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン 65mm 調理設定 コンビ 50% ・ 160℃ ・ 25～30分 ・ 風量4
提 供	⑥ 加熱後、好みの大きさにカットし器に盛付ける。

## 調理のポイント

- ・ 生地量によって、加熱時間を調節する。