

Super Steam エビドリア

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)

調理済みバターライス		120 g	B	ホワイトソース	45 g					
…「米料理」・「炊飯（煮る）」参照				牛乳	25 g					
A	むきエビ（下処理後1尾10g）	30 g	塩	0.5 g						
	玉ねぎ（3mm厚スライス）	20 g	白コショウ	適量						
	マッシュルーム水煮（3mm厚スライス）	7 g	ミックスチーズ	20 g						
	バター（1cm角切り）	3 g	粉チーズ	1.5 g						
				パセリ（みじん切り）	適量					
栄養成分	エネルギー	447 kcal	たんぱく質	17.5 g	脂質	19.7 g	炭水化物	47.7 g	食塩	2.4 g

作業手順

下 処 理	① A、バター、パセリをそれぞれカットする。
	② エビは下処理する。
下 処 理 加 熱	③ ①のバターを溶かした鍋で①のAを炒め、Bを入れ味を調える。
加 熱	④ オープンシートを敷いたホテルパンに調理済みバターライスを入れ平らにならし、 ③、ミックスチーズをかけて粉チーズを散らす。
	使用ホテルパン 65mm 調理設定 熱風 ・ 220℃ ・ 10～13分 ・ 風量4
提 供	⑤ 器に盛付け、①のパセリを散らす。

調理のポイント

- ・ 手順④の際、オープンシートを敷く代わりにオイルスプレーを吹きかけてもよい。

