

Super Steam ひじきの煮物

調理システム：真空調理

真空フィルム1枚分：15人分

(300×400)

写真

盛付写真



⑥加熱前 真空パック写真



⑥加熱後 真空パック写真



※写真は15人分、300×400mmの真空フィルムを使用しています。

材料(1人分)

乾燥長ひじき	5 g	だし汁	20 g
人参 (3mm厚千切り)	5 g	濃口醤油	5 g
油揚げ (5mm厚スライス)	5 g	A みりん	5 g
		砂糖	4 g
		ごま油	2 g
栄養成分	エネルギー 78 kcal	たんぱく質 2.0 g	脂質 3.7 g
		炭水化物 10.1 g	食塩 0.9 g

作業手順

下処理	① 人参、油揚げをカットする。
	② 乾燥長ひじきは水洗いし、水気を切り、2cm幅にカットする。
下処理加熱	③ 鍋でAを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
急速冷却	④ プラストチャーで冷却する。
	使用機器 プラストチャー 設定 10℃以下 ・ 60分以内
真空包装	⑤ フィルムに①、②、④を入れ、真空パックをする。
	使用機器 真空包装机 設定 10℃以下 ・ 真空度：95%
加熱	⑥ ホテルパンに⑤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 ・ 95℃ ・ 40～60分 ・ 風量4
急速冷却	⑦ プラストチャーまたは冷水チャーで冷却する。
	使用ホテルパン 穴あき 使用機器 プラストチャー 設定 3℃以下 ・ 90分以内
保存	⑧ チルド庫で保存する。
	使用ホテルパン 穴あき 使用機器 チルド庫 設定 0～3℃ ・ 5日間
再加熱	⑨ ホテルパンに⑧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 ・ 85℃ ・ 10～15分 ・ 風量3
提供	⑩ フィルムから取り出し、器に盛付ける。

調理のポイント

- ・ 新調理システムは、安全性の向上や計画生産による調理作業の平準化が可能。
- ・ 好みの仕上がりに応じて、加熱温度、時間を調節する。