

調理システム： クックサーブ

1/1ホテルパン： 4000g

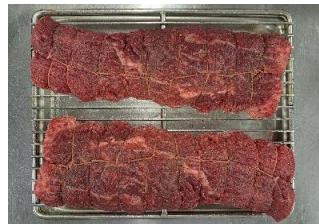
(肉)

写真

盛付写真



②加熱前 ホテルパン写真



③加熱後 ホテルパン写真



※写真は1ブロック1000g、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(肉1000g分)

牛もも肉ブロック (1ブロック1000g) 1000 g

塩 10 g

粗びき黒コショウ 0.3 g

オイルスプレー 適量

栄養成分 エネルギー 1911 kcal ・ たんぱく質 207.0 g ・ 脂質 107.0 g ・ 炭水化物 6.2 g ・ 食塩 10.9 g

作業手順

下処理	① 常温に戻した肉に塩、黒コショウを擦り込む。						
加熱	② ホテルパンにオイルスプレーをした焼き網をのせて①を並べ、予熱したスチコンで、芯温センサーを挿し加熱する。						
	使用ホテルパン	焼き網・25mm【1】	調理設定	熱風	・ 200℃	・ 10分	・ 風量4
	使用ホテルパン	焼き網・25mm【2】	調理設定	熱風	・ FAN	・ 5分	・ 風量4
	使用ホテルパン	焼き網・25mm【3】	調理設定	熱風	・ 100℃	・ 芯温60℃	・ 風量4
提供	③ 加熱後、粗熱を取る。 ④ 好みの厚さにスライスし器に盛付ける。						

調理のポイント

- 手順①の際、肉をタコ糸で縛っててもよい。