

# Super Steam プルドポーク

調理システム： クックサーブ

1/1ホテルパン： 4000g分 (肉)

## 写真

盛付写真



③加熱前 ホテルパン写真



③加熱後 ホテルパン写真



※写真は肉4000g分、1/1ホテルパンを使用しています。

## 材料(肉1000g分)

|                         |            |  |                 |       |
|-------------------------|------------|--|-----------------|-------|
| 豚肩ロース肉ブロック (1ブロック1000g) |            | 1000 g   | 人参 (3mm厚いちょう切り) | 100 g |
| A                       | 塩1         | 10 g   | セロリ (3mm厚スライス)  | 100 g |
|                         | ケイジャンスパイス1 | 10 g   | 玉ねぎ (1cm幅くし切り)  | 100 g |
| B                       | 水          |  | にんにく (粗みじん切り)   | 15 g  |
|                         | オリーブオイル    |  | 水               | 25 g  |
|                         | 塩2         |  | オリーブオイル         | 3 g   |
|                         | ケイジャンスパイス2 |  | 塩2              | 3 g   |
|                         | コンソメ顆粒     |  | ケイジャンスパイス2      | 3 g   |
|                         | ウスターーソース   | 10 g   | コンソメ顆粒          | 1 g   |
|                         | 栄養成分       | エネルギー 2850 kcal · たんぱく質 182.7 g · 脂質 209.0 g · 炭水化物 32.1 g · 食塩 21.0 g |                 |       |

## 作業手順

|     |  |  |  |  |  |
|-----|--|--|--|--|--|
| 下処理 | ① 肉は脂身を切り落とし、Aを擦り込み、一晩チルド保存する。<br>② 野菜をそれぞれカットする。  |  |  |  |  |
| 加熱  | ③ ホテルパンにBを入れ、よくかき混ぜて、①を入れ、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。<br>使用ホテルパン 65・25mm 調理設定 コンビ 100% · 130℃ · 180分 · 風量4 |  |  |  |  |
| 提供  | ④ 加熱後、すぐに③の肉を取り出し、好みの大きさにほぐす。<br>⑤ ③のBとウスターーソースをミキサーにかける。<br>⑥ ボウルに④、⑤を入れてよく混ぜ合わせる。<br>⑦ 器に盛付ける。           |  |  |  |  |

## 調理のポイント

- 手順③の際、蓋が開かないようにホテルパンの上に重しをのせるとよい。
- 手順⑦の際、バンズやトルティーヤではさんで提供してもよい。