

# Super Steam ポークチャップ

調理システム： クックサーブ

1/1ホテルパン： 12人分

## 写真

盛付写真



④加熱後 ホテルパン写真



⑤加熱後 ホテルパン写真



※写真は6人分、1/2ホテルパンを使用しています。

## 材料(1人分)

豚ロース (1枚100g)	100 g	赤ワイン	12 g
塩	0.4 g		
白コショウ	適量	水	18 g
薄力粉	5 g	ケチャップ	12 g
オйлスプレー	適量	ウスターソース	6 g
		濃口醤油	4 g
		バター (4gカット)	4 g
		砂糖	2.5 g
A 玉ねぎ (5mm厚スライス)	30 g		
マッシュルーム (3mm厚スライス)	15 g	パセリ (みじん切り)	適量
栄養成分	エネルギー 385 kcal ・ たんぱく質 21.1 g ・ 脂質 24.2 g ・ 炭水化物 15.0 g ・ 食塩 2.1 g		

## 作業手順

下 処 理	① 肉、A、バター、パセリをそれぞれカットする。
	② 肉に塩、白コショウを振り、薄力粉をまぶす。
下 処 理 加 熱	③ 鍋で赤ワインを沸騰させ、さらにBを混ぜ合わせて味を調える。
加 熱	④ オйлスプレーをしたホテルパンに②を並べ、上からオйлスプレーをし、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン アルミ 調理設定 熱風 ・ 230℃ ・ 5分 ・ 風量4
	⑤ ホテルパンに①のA、④の肉、③の順に入れ、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℃ ・ 12～15分 ・ 風量4
提 供	⑥ 器に盛付け、①のパセリをかける。

## 調理のポイント

- ・ 手順③の際、赤ワインのアルコールをしっかりと飛ばす事。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2025.12