

Super Steam 牛肉の柳川煮

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：18人分

写真

盛付写真



⑤加熱前 ホテルパン写真



⑥加熱後 ホテルパン写真



※写真は9人分、1/2ホテルパンを使用しています。

材料(1人分)

牛もも肉スライス	50 g	A	だし	60 g
卵	20 g		薄口醤油	8 g
ごぼう (3mm厚ささがき)	20 g		みりん	8 g
玉ねぎ (7mm幅くし形切り)	30 g		酒	2.5 g
			砂糖	2 g
			三つ葉 (1.5cm幅カット)	適量
栄養成分 エネルギー 212 kcal ・ たんぱく質 13.2 g ・ 脂質 10.9 g ・ 炭水化物 12.4 g ・ 食塩 1.5 g				

作業手順

下 処 理	① 野菜をそれぞれカットする。
	② 卵は溶いておく。
下 処 理 加 熱	③ ホテルパンに①のごぼうを入れ、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 ・ スチーム2 ・ 10分 ・ 風量4
	④ 鍋でAを混ぜ合わせて沸騰させ、味を調える。
加 熱	⑤ ホテルパンに肉、①の玉ねぎ、③のごぼうを入れて、上からキッチンペーパーをかけ、④のAを流し、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。 使用ホテルパン 65・25mm 調理設定 コンビ 100% ・ 180℃ ・ 10分 ・ 風量4
	⑥ ⑤を取り出し、蓋を外して②の卵をかけ、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン 65・25mm 調理設定 コンビ 30% ・ 180℃ ・ 3~5分 ・ 風量4
提 供	⑦ 器に盛付け、①の三つ葉を添える。

調理のポイント

- ・ キッチンペーパーは不織布を使用する。
- ・ 好みの仕上がりに応じて、手順⑥の加熱時間を調節する。