

魚介

蒸し物

エビとブロッコリーのサラダ

スチーマー
自動加湿オープン
オープン



●材料<1バッチ 20人分>

ムキエビ(21-25サイズ)	500 g
ブロッコリー(小房)	500 g
タルタルソース	500 g

●作り方

1. ムキエビは水分を拭き取る
2. 材料をカットする
3. 1/2穴あきホテルパンにムキエビをセットする
4. 別の1/2穴あきホテルパンにブロッコリーをセットする
5. 予熱されたスチームコンベクションオープンで加熱する
(モード①エビ / モード②ブロッコリー)
6. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
7. 6を冷却する
8. ボールに7、タルタルソースを入れて和える
9. 器に盛り付け提供する

加熱前

加熱後



●機器設定

	モード	設定温度	目安時間	加湿	風量	使用備品
①	スチーマー	98℃	3分	—	強	1/2穴あきホテルパン
②	スチーマー	98℃	5分	—	強	1/2穴あきホテルパン

●ポイント

お湯で茹で茹でるよりも食材のうまみ、栄養素を逃さずに調理ができます。
食材別にホテルパンをセットし同時調理すると、作業効率が上がります。