

魚介類

蒸し物  
(冷)

# シーフードマリネ

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>

いか	300 g
ムキエビ	300 g
帆立	300 g
【生野菜】	
玉葱(千切り)	300 g
人参(千切り)	60 g
セロリ(千切り)	60 g
赤パプリカ(千切り)	60 g
黄パプリカ(千切り)	60 g
きゅうり(千切り)	60 g
【マリネ液】	
ワインベネガー	160 g
サラダオイル	100 g
オリーブオイル	60 g
マスタード	12 g
砂糖	12 g
塩	6 g

【真空袋サイズ: 30cm × 40cm】

### ●作り方

1. 材料をカットする
2. 魚介類は水分を拭き取る
3. 穴あきホテルパンに2をセットする
4. 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)
5. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
6. 5を冷却する
7. 真空袋に6、【マリネ液】を入れ、真空パックする
8. ポールに7と【生野菜】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℃	6分	—	4	1 / 1 穴あきホテルパン

### ●ポイント

各魚介類の大きさは、なるべく同じサイズのものを選ぶことがポイントです。  
真空パックすることで、食材に調味料がしっかりとしみ込みやすくなります。