

主食

炒め物

焼きうどん

スチーマー
自動加湿オープン
オープン



●材料<1バッチ 8人分>

ゆでうどん	6 袋
キャベツ(ザク切り)	210 g
もやし	240 g
人参(短冊)	48 g
豚バラスライス	160 g
椎茸	80 g
玉葱	120 g
天かす	30 g

【調味料】

サラダ油	20 g
水溶き片栗粉(水:片栗粉=1:1)	30 g
ほんだし	10 g
醤油	60 g
味塩こしょう	3 g
ごま油	7 g

●作り方

1. 材料をカットする
2. ゆでうどんをホテルパンにセットし、サラダ油と醤油を絡める
3. 野菜をボールに入れ、水溶き片栗粉を加えてからめる
3. 2のうどんの上に、3の野菜・天かすをセットする
4. ほんだし、味塩こしょう、ごま油をかける
5. 最後に豚肉をひろげて並べる
6. 5を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)
7. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
8. うどんと野菜をよく混ぜる
9. 器にもりつけ、かつおぶし・青のり・紅ショウガなどを好みでトッピングする

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 自動加湿オープン	220℃	5分	90	3	1/1 ホテルパン

●ポイント