

肉類

炒め物

鶏肉のバジル炒め



※写真はカットした鶏肉を使用

●材料<1バッチ 20人分>

| | |
|--------------------|--------|
| 鶏ひき肉(または小さ目にカットする) | 1200 g |
| 赤パプリカ(1cm角) | 400 g |
| ピーマン(1cm角) | 280 g |
| 玉葱(1cm角) | 200 本 |
| ガーリックオイル | 20 g |

【調味料】

| | | |
|-------------|---------|------|
| ナンプラー | | g |
| オイスターソース | A | |
| 砂糖 | ※合わせておく | g |
| 鶏ガラスープ素(粉末) | | |
| 赤唐辛子輪切り | | 4 本分 |

バジル

ごはん

目玉焼き

バジル

●作り方

1. 野菜を決められた大きさにカットし、【調味料】はあわせておく
2. ホテルパンに野菜をセットする
3. 2にガーリックオイルと【調味料】をいれて絡める
4. 3に鶏ひき肉をほぐしながらセットする
5. 予熱されたスチームコンベクションオーブンで加熱する(モード①)
6. ブザーが鳴ったら取り出し、バジルを加えて良く混ぜる
7. 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 自動加湿オーブン | 200℃ | 6分 | 90 | 2 | 1/1 ホテルパン |

●ポイント

鶏ひき肉は固まりのままセットすると内部まで火が入りにくい為、ほぐしてセットします
取りだしたら良く混ぜて下さい。