

料理調味液



使用レシピ

		1/1 ホテルパン1枚分	約30人前	仕上がり約2000g
		材料名	数量(g)	備考
<p>★かれいの煮付け★ だしのきいた、おいしいかれいの煮つけです。</p> 		かれい	1600	30切
		酒	30~45	
		生姜	20~30	
		料理調味液(淡色)	200	約160cc
		料理調味液(濃色)	100	約75cc
		みりん	40	
		砂糖	24	
		水	320	
作り方		使用機器	設定	
下準備	① かれいは酒をまぶす。生姜は千切りにする。		④	
	② 料理調味液、みりん、砂糖、水をよく混ぜておく。			
③ ホテルパンにかれいの水気を切り、重さならないように並べる。				
④ ②の3/4量を③にかけ、全体に絡め、生姜を加え、上からクッキングペーパーを敷き、残りの②を上からかけ、軽く抑えるようにしてなじませる。				
加熱	⑤ 上蓋をし、スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	コンビ：130℃：蒸気100% 生または全解凍…20~30分 冷凍…30~40分	
	⑥ 加熱後、クッキングペーパーを取り除きホテルパン内の料理調味液をかれいの表面にかける。			
冷却・保管	⑦ ブラストチラーで90分以内に芯温3℃以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却：芯温3℃以下 庫内温度0~3℃	
最終加熱	⑧ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	コンビ：160℃：蒸気100% 10分	
提供	⑨ かれいを器に盛り、煮汁をかけて提供する。		⑧	

※加熱時間は、材料の量・大きさ・厚さや使用する機種、お客様の設定条件によって調節して下さい。

【栄養価】(100g)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	食塩分
かれい	100kcal	14.0g	0.9g	7.0g	585mg	261mg	149mg	31mg	0.2mg	1.5g

株式会社 マルハチ村松

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371

料理調味液



使用レシピ

		1/1 ホテルパン1枚分	約30人前	仕上がり約2000g
		材料名	数量(g)	備考
<p>★赤魚の煮付け★ だしのきいた、おいしい赤魚の煮つけです。</p> 	赤魚	1600	30切	
	酒	30~45		
	生姜	20~30		
	料理調味液(淡色)	200	約160cc	
	料理調味液(濃色)	100	約75cc	
	みりん	40		
	砂糖	24		
	水	320		
作り方		使用機器	設定	
下準備	① 赤魚は皮側に交差するよう切れ目を入れ、酒をまぶす。生姜は千切りにする。		④	
	② 料理調味液、みりん、砂糖、水をよく混ぜ合わせる。			
③ ホテルパンに①の赤魚の水気を切り、皮を上にして重ならないように並べる。				
④ ②の3/4量を③にかけ、全体に絡め、生姜を加え、上からクッキングペーパーを敷き残りの②を上からかけ、軽く抑えるようにしてなじませる。				
加熱	⑤ 上蓋をし、スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	コンビ：130℃：蒸気100% 生または全解凍…20~30分 冷凍…30~40分	
	⑥ 加熱後、クッキングペーパーを取り除きホテルパン内の料理調味液を赤魚の表面にかける。			
冷却・保管	⑦ ブラストチラーで90分以内に芯温3℃以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却：芯温3℃以下 庫内温度0~3℃	
最終加熱	⑧ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	コンビ：160℃：蒸気100% 10分	
提供	⑨ 赤魚を器に盛り、煮汁をかけて提供する。		⑧	

※加熱時間は、材料の量・大きさ・厚さや使用する機種、お客様の設定条件によって調節して下さい。

【栄養価】(100g)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	食塩分
赤魚	98kcal	12.1g	1.6g	7.0g	561mg	248mg	129mg	12mg	0.3mg	1.4g

株式会社 マルハチ村松

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371