

牛ステーキ

食数 1/1 ホテルパン 130g×10人分 2/3 ホテルパン 6人分

材料	牛フィレ肉 (130g・厚み1cm)	10枚	1/1 ホテルパン	6枚
	塩	適宜	2/3 ホテルパン	適宜
	こしょう	適宜		適宜



使用ホテルパン ノンスティック20mm

工程 (使用機器)

加熱調理
(スチームコンベクション)

調理手順

① 牛フィレ肉に塩こしょうし、ホテルパンに並べ、加熱します。

ホット モード・調理温度280℃・調理時間3分・風量3

盛付・提供

② 器に盛り付けます。