

焼きさんまの炊き込みご飯

食数 1/1 ホテルパン 200g×19人分 2/3 ホテルパン 13人分

	1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
材料 米	1400g	932g
さんま(3枚おろし)	6尾分[420g]	4尾分[280g]
塩	4g	2.7g
A だし汁	1440g	960g
濃口しょうゆ	120g	80g
酒	50g	33g
昆布茶	4g	2.7g
B 生姜(2cm千切り)	50g	33g
人参(2cm千切り)	100g	67g
しめじ(ほぐす)	300g	200g
銀杏缶詰	120g	80g
いりごま(白)	20g	13g
ゆかり	20g	13g
みょうが(粗みじん切り)	30g	20g
青しそ(千切り)	12g	8g



使用ホテルパン 20mm・65mm・フタ有り

工程(使用機器)

調理手順

下処理

- ① 米は洗って、30分程浸漬させます。
- ② **A** を鍋にあわせて一度沸騰させ、炊き汁を作ります。

加熱調理 (スチームコンベクション)

- ③ オープンシートを敷いた20mmホテルパンにさんまを乗せ、塩を振って加熱します。
ホット モード・調理温度300℃・調理時間3分・風量3
- ④ 65mmホテルパンに水を切った米、②の炊き汁を入れ、平らにならし、**B**、③のさんまを乗せ、フタをして加熱します。
コンビ モード・調理温度200℃・調理時間25分・蒸気量100%・風量3
- ⑤ 加熱後、フタをしたまま15分程蒸らし、ゆかり、みょうがを混ぜ込みます。

盛付・提供

- ⑥ 器に盛り付け、青しそを散らして提供します。

※さんまは一度焼くことで臭みを飛ばします。