

八宝菜

食数 1/1 ホテルパン 150g×10人分 2/3 ホテルパン 7人分

材料	1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
A 白菜(ざく切り)	420g	280g
チンゲン菜(ざく切り)	160g	107g
人参(短冊薄切り)	100g	67g
竹の子(薄切り)	120g	80g
椎茸(薄切り)	60g	40g
豚小間肉	180g	120g
えび	200g	133g
ウズラ水煮	110g	73g
ごま油	30g	20g
片栗粉	28g	19g
B 顆粒中華だし	14g	9g
酒	12g	8g
濃口しょうゆ	12g	8g
オイスターソース	12g	8g
塩	5g	3.3g
こしょう	適宜	適宜
水	300g	200g



使用ホテルパン 65mm・フタ有り

工程(使用機器)

調理手順

下処理

- ① **A** の豚小間肉はさっと湯通ししておきます。
- ② ホテルパンに**A**、ごま油を入れてよく絡めます。
- ③ ②に片栗粉を加え、全体に絡めます。

加熱調理
(スチームコンベクション)

- ④ **B** を合わせた調味液を③に入れ、フタをして加熱します。
コンビ | モード・調理温度160℃・調理時間12分・蒸気量100%・風量3

盛付・提供

- ⑤ 加熱後、全体を混ぜて器に盛り付け提供します。