

# 再加熱天ぷら

作成日 2024/3/4 修正日



栄養成分表示(エビ1本、さつまいも1切れあたり)  
エネルギー: 118kcal  
たんぱく質: 8.1g  
脂質: 4.3g  
炭水化物: 12.9g  
ナトリウム: 75mg  
(食塩相当量 0.2g)

【日本食品標準成分表2020より算出】

ホテルパン種類:	20mm、焼き網	使用推奨備品:	
材料:( )内は2/3ホテルパン分量			
お好みの食材 (エビ・さつまいも・舞茸等)	適宜 (適宜)	(A) 天ぷら粉	適宜 (適宜)
揚げ油	適宜 (適宜)	水	天ぷら粉の 1.6倍
		小麦粉(打ち粉用)	適宜 (適宜)
工程(使用機器)	調理手順		
下処理	①	(A)を合わせ衣を作ります。	
	②	食材の下処理を行います。	
加熱調理 (スチームコンベクション)	③	食材に小麦粉をまぶし①の衣にくぐらせた後、芯温75℃1分以上が確保出来るまで油で揚げ、20mmのホテルパン+焼き網の上に乗せます。	
	④	【クックフリーズ】90分以内に芯温を-5℃まで下げるため、ブラストチラーで急速冷凍します。	
	⑤	スチコンで再加熱します。 ホットモード(180)℃・(10)分・風量(3)	
盛付・提供	⑥	器に盛り付け提供します。	
出来上り重量:( )内は2/3ホテルパン	想定食数:( )内は2/3ホテルパン		

考案 小山 作成 小山

ポイント: