



# いわしと豆腐のハンバーグ

食数 1/1 ホテルパン 100g×15人分 2/3 ホテルパン 10人分

## 材料

	1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
<b>A</b> 玉ねぎ(みじん切り).....	280g	180g
└ 人参(みじん切り).....	110g	72g
干し椎茸(粗みじん).....	乾燥で12g	8g
サラダ油.....	適宜	適宜
ポン酢.....	適宜	適宜
<b>B</b> 鰯(すり身).....	345g	225g
└ 木綿豆腐(水きりする).....	345g	225g
└ 合挽き肉.....	345g	225g
生パン粉.....	138g	90g
卵.....	190g	123g
<b>C</b> 生姜汁.....	7g	5g
└ 白みそ.....	12g	8g
└ 塩.....	10g	6g
└ こしょう.....	少々	少々
大根おろし.....	適宜	適宜
青じそ(千切り).....	適宜	適宜



使用ホテルパン 20mm平型・オープンシート

## 工程(使用機器)

## 調理手順

### 下処理

- ① フライパンで**A**を炒め、戻して粗みじんにした干し椎茸も加えてサッと炒め、粗熱をとります。
- ② ボールに**B**と**C**を入れ、よくこねます。さらに生パン粉、溶き卵、①の順に加えて混ぜ合わせ、成形します。

### 加熱調理 (スチームコンベクション)

- ③ ホテルパンに②を並べ、加熱します。  
**コンビ** モード・蒸気量50%・調理温度220℃・調理時間10分  
**← Concierge200 の場合 No.515 いわしと豆腐のハンバーグ**

### 盛付・提供

- ④ 器に盛り付けて大根おろしと青じそをのせ、ポン酢を添えます。

※イワシは手開きして、中骨、皮を取り除いたものをフードプロセッサーにかけて使用してもよい。