



キャベツの肉まん

食数 1/1 ホテルパン 100g×20人分 2/3 ホテルパン 13人分

材料

	1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
A 薄力粉 (ふるっておく).....	600g	390g
ベーキングパウダー.....	24g	16g
サラダ油 (又はラード).....	24g	16g
牛乳.....	210g	136g
卵白.....	100g	65g
グラニュー糖.....	140g	90g
キャベツ (7mm角切り).....	500g	325g
小麦粉 (打ち粉用).....	適宜	適宜
B 豚ミンチ.....	300g	200g
塩.....	5g	3g
こしょう.....	少々	少々
酒・醤油.....	各43g	各28g
C ごま油.....	8g	5g
ねぎ (粗みじん切り).....	50g	30g
生姜 (みじん切り).....	8g	5g
片栗粉.....	35g	23g



使用ホテルパン 穴あき・オープンシート

工程 (使用機器)

下処理
(スチームコンベクション)

- ① ホテルパンにキャベツを入れ、加熱します。
スチーム モード・蒸気量パワー・調理温度100℃・調理時間10分 ← Conclerge200 の場合 No.612 蒸し野菜
- ② **A** を合わせて、まとまるまでよく練ります。打ち粉をした台の上でさらに練り、ラップで包み、寝かせます。
- ③ ボールに **B** を入れて練り混ぜ、**C**、①のキャベツの順に混ぜ合わせ、あんを作ります。

加熱調理
(スチームコンベクション)

- ④ ②の生地を20等分にして円形に伸ばします。中央にあんをのせ、ひだを寄せながら包み、オープンシートを敷いたホテルパンに並べ、加熱します。
スチーム モード・蒸気量パワー・調理温度100℃・調理時間20分 ← Conclerge200 の場合 No.600 キャベツの肉まん

盛り・提供

- ⑤ 器に盛ります。