



蒸し野菜 (青菜・ブロッコリー)

食数 1/1 ホテルパン

50g×30人分

2/3 ホテルパン

20人分

材料

ブロッコリー (小房に分ける)…………… 1.5kg
[又はほうれん草(ざく切り)]…………… 1kg

1/1 ホテルパン

2/3 ホテルパン

1kg
650g



使用ホテルパン 穴あき

工程 (使用機器)

加熱調理
(スチームコンベクション)

調理手順

- ① ブロッコリー (又はほうれん草) はしばらく塩水につけ、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7分
← **Concierge200** の場合 No.610 蒸し野菜 (青菜・ブロッコリー)

盛付・提供

- ② 付け合わせ、和えものなどにして盛りつけます。