



野菜炒め

食数 1/1 ホテルパン 130g×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
A キャベツ(ざく切り).....	800g	533g
もやし(加熱して水気を切ったもの)	400g	267g
人参(薄切り).....	200g	133g
ピーマン(細切り).....	150g	100g
赤パプリカ(細切り).....	150g	100g
ニラ(3cm長さ切り).....	100g	67g
B 塩.....	8g	5g
ごしよう.....	適宜	適宜
鶏がらスープの素.....	12g	8g
オイスターソース.....	50g	33g
サラダ油.....	32g	21g
豚ばら肉(3cm長さ切り).....	200g	133g



使用ホテルパン 65mm 深型

工程(使用機器)

調理手順

下処理

① ホテルパンに **A** と **B** を入れ、混ぜ合わせます。

加熱調理
(スチームコンベクション)

② ①の上に豚肉を並べ、加熱します。

コンビ モード・蒸気量60%・調理温度200℃・調理時間8分 ← **Concierge200** の場合 No.650 野菜炒め

盛付・提供

③ 全体を混ぜ合わせて味を調え、器に盛ります。