



# 鶏肉と菜の花のピリ辛炒め

食数 1/1 ホテルパン 70g×15人分 2/3 ホテルパン 10人分

	1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
<b>材料</b>		
<b>A</b> 鶏胸肉……………	400g	264g
└ 菜の花(4cm長さ切り)……………	400g	264g
玉ねぎ(1cm幅、串切り)……………	300g	200g
<b>B</b> にんにく(粗みじん切り)……………	15g	10g
└ サラダ油……………	56g	37g
└ 赤唐辛子……………	2本	1本
(Bは鍋で熱して香り油を作る)		
ゴマ油……………	適宜	適宜
<b>C</b> コンソメ……………	10g	7g
└ 塩……………	2g	1.3g
こしょう……………	適宜	適宜



使用ホテルパン 穴あき・65mm 深型

工程(使用機器)	調理手順
下処理	① ボールに <b>B</b> の香り油と <b>C</b> を混ぜ合わせ、合わせ調味料を作ります。 ② 鶏肉と菜の花を加熱します。(加熱後、鶏肉はそぎ切りにします) <b>スチーム</b> モード・調理温度100℃・調理時間3分
加熱調理 (スチームコンベクション)	③ 菜の花、鶏肉、玉ねぎの順にホテルパンに入れ、①を回しかけ、加熱します。 <b>コンビ</b> モード・蒸気量60%・調理温度200℃・調理時間8分 ← <b>Concierge200</b> の場合 No.659 鶏肉と菜の花のピリ辛炒め
盛付・提供	④ 仕上げにゴマ油をふって混ぜ合わせ、器に盛りつけます。