

野菜

炒め物

# チャプチェ



●材料<1バッチ 20人分>

春雨	300 g
牛もも肉(細切り)	450 g
しいたけ(スライス)	100 g
人参(短冊)	150 g
赤パプリカ(千切り)	100 g
黄パプリカ(千切り)	100 g
ピーマン(千切り)	100 g

【調味料A】

酒	50 g
しょうゆ	20 g
砂糖	25 g
ごま油	15 g

【調味料B】

中華出汁	600 g
しょうゆ	50 g
砂糖	15 g
塩	5 g
ごま油	15 g
炒りごま	40 g

●機器設定

●作り方

1. 材料をカットする
2. 春雨は水で戻し、カットする
3. 牛もも肉は【調味料A】で漬けこむ
4. ホテルパンに2の春雨、【調味料B】、野菜、3の牛肉の順でセットする
5. 予熱されたスチームコンベクションオープンで加熱する(モード①)
6. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
7. 全体を混ぜる
8. 器に盛り付け炒りごまをかけ、提供する

加熱前



加熱後



	モード	設定温度	目安時間	加湿	風量	使用備品
①	自動加湿オープン	200℃	10分	90	強	1/1 ホテルパン
②						

●ポイント

春雨は水で60分以上戻してから調理してください。

急ぎの場合、春雨を熱湯で4.5分戻しても調理可能です。その際中華出汁は半分の量で調理してください。取り出し後汁気が多い場合も、混ぜてなじませる際に春雨が吸っていきます。