

米類

炊飯

# 鯛飯



●材料<1バッチ 15人分>

|      |        |
|------|--------|
| 米    | 1000 g |
| だし昆布 | 1 切    |

【炊き込み用煮汁】

|        |        |
|--------|--------|
| 酒      | 100 g  |
| 水      | 1000 g |
| 酒      | 100 g  |
| 塩      | 10 g   |
| 薄口しょうゆ | 30 g   |

【具】

|     |     |
|-----|-----|
| 鯛あら | 4 枚 |
|-----|-----|

●作り方

1. 鯛の頭は1/2に割り、よく洗って、水分を拭き取る
2. オイルスプレーをした焼き皿に1をセットする
3. 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)
4. 米は洗って水気を切る
5. ホテルパンに米、炊き込み用煮汁を入れてだし昆布をセットし、3の鯛をのせる
6. 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②)
7. ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
8. 鯛を取り出して身をほぐし、全体を混ぜる
9. 器に盛り付け提供する

加熱前



加熱後



●機器設定

|   | 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 | 270℃ | 10分  | 30 | 4  | 1 / 1 焼き皿     |
| ② | 自動加湿オープン | 120℃ | 30分  | 90 | 4  | 1 / 1 ホテルパン・蓋 |

●ポイント

スチームコンベクションオープンの調理モードを活用してホテルパンでの炊飯調理が可能です。  
鯛は一度焼いてから、炊き込むと香ばしく仕上げることができます。  
鯛の血やうろこ等をしっかりと取る必要があります。