

# シーフードマリネ

スチーマーモード



## ●材料< 1 バッチ 20人分>

いか	300 g
ムキエビ	300 g
帆立	300 g
【生野菜】	
玉葱 (千切り)	300 g
人参 (千切り)	60 g
セロリ (千切り)	60 g
赤パプリカ (千切り)	60 g
黄パプリカ (千切り)	60 g
きゅうり (千切り)	60 g
【マリネ液】	
ワインビネガー	160 g
サラダオイル	100 g
オリーブオイル	60 g
マスタード	12 g
砂糖	12 g
塩	6 g

【真空袋サイズ：30cm×40cm】

## ●作り方

- ① 材料をカットする
- ② 魚介類は水分を拭き取る
- ③ 穴あきホテルパンに②をセットする
- ④ 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)
- ⑤ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑥ ⑤を冷却する
- ⑦ 真空袋に⑥、【マリネ液】を入れ、真空パックする
- ⑧ ボールに⑦と【生野菜】を入れて和える
- 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 スチーマーモード	98℃	6分	—	強	1/1穴あきホテルパン



各魚介類の大きさは、なるべく同じサイズのものを選ぶことが同時加熱のポイントです。  
真空パックすることで、食材に調味料がしっかりと浸み込みやすくなります。