

クイック五目寿司

自動加湿オープン



●材料<1バッチ 15人分>

米	1000 g
---	--------

【合わせ酢】

寿司酢	300 g
-----	-------

水	700 g
---	-------

【具】

レンコン	150 g
------	-------

干しいたけ(戻し)	100 g
-----------	-------

人参	60 g
----	------

かんぴょう(戻し)	75 g
-----------	------

油揚げ	70 g
-----	------

【煮汁】

酒	15 g
---	------

みりん	15 g
-----	------

醤油	50 g
----	------

砂糖	50 g
----	------

だし汁	200 g
-----	-------

●作り方

- ① 材料をカットする
- ② 米は洗って水気を切る
- ③ 鍋に【煮汁】と【具】の材料を入れて煮立たせる
- ④ ③を冷却する
- ⑤ ホテルパンに米、【合わせ酢】をセットする
- ⑥ ⑤のホテルパンに煮汁を切った【具材】をセットし蓋をする
- ⑦ 予熱されたスチームコンベクションオーブンで加熱する(モード1)
- ⑧ ブザーが鳴ったら取り出し、中心温度を計測する
- ⑨ 全体を混ぜる
- ⑩ 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

120℃

30分

90

強

1/1ホテルパン・蓋



スチームコンベクションオーブ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。予め寿司酢と具材を入れて炊くことで全体が均一になり混ぜる手間が軽減されます。