

五目いなり寿司

自動加湿オープン・スチーマーモード



●材料<1バッチ 50個分>

米	1000 g
---	--------

寿司酢	340 g
-----	-------

(酢200g/砂糖100g/塩40g)

水	700 g
---	-------

【具材】

レンコン	80 g
------	------

干しいたけ(戻し)	60 g
-----------	------

人参	60 g
----	------

ひじき(戻し)	120 g
---------	-------

【具材用煮汁】

めんつゆ	60 g
------	------

しいたけ戻し汁	200 g
---------	-------

油揚げ	25 枚
-----	------

【油揚げ用煮汁】

めんつゆ	250 g
------	-------

水	500 g
---	-------

砂糖	30 g
----	------

●作り方

- ① 油揚げを半分にカットし油抜きする
- ② ホテルパンに①と煮汁を入れ、オープンシートをひいてふたをする
- 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 ブラストチラーで急速冷却する
- ⑤ 具材の材料をカットする
- ⑥ 米は洗って水気を切る
- ⑦ 鍋に【煮汁】と【具材】の材料を入れて10分程煮る
- ⑧ ホテルパンに米、水、【寿司酢】をセットする
- ⑨ ⑧の上に煮汁を切った【具材】をセットし蓋をする
- ⑩ 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)
- ⑪ 全体を混ぜ、粗熱をとる
- ⑫ ④の油揚げに五目寿司をつめる

※画像は半量です



油揚げ 加熱後



五目寿司 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℃	20分	90	強	1/1ホテルパン・蓋
2 スチーマーモード	98℃	35分	—	—	1/1ホテルパン・蓋



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。
具材は油揚げと同じモードでスチコンで加熱する事も可能です