

# おからの炒り煮

自動加湿オープン



## ●材料<1パッチ 20人分>

生おから	600 g
油揚げ	80 g
人参	100 g
長ねぎ	200 g
干し椎茸	20 g

### 【煮汁】

みりん	80 g
砂糖	80 g
醤油	140 g
水	440 g
だしの素	6 g
ごま油	10 g

## ●作り方

- ① 材料をカットする
- ② 油あげをザルに入れ、上から熱湯をかけて油抜きをする
- ③ 鍋に【煮汁】の材料を入れて沸騰させ煮汁をつくる
- ④ ホテルパンにおから、人参、長ねぎ、椎茸、油揚げの順にセットする
- ⑤ ④のホテルパンに③の煮汁を均一になるように流し入れる
- ⑥ オープンシートをかぶせ汁が浸るよう上から抑えて蓋をする
- 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 全体をよく混ぜ合わせる
- 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	140℃	30分	90	強	1/1ホテルパン・蓋



ホテルパンにセット後、オープンシートをかぶせて軽くおさえ煮汁をよく染み込ませて下さい。  
※写真参照