

高野豆腐のはさみ煮

自動加湿オープン



●材料<1パッチ 12人分>

高野豆腐	12 枚
鶏ひき肉	200 g
長ネギ	50 g
人参	20 g
しいたけみじん	20 g
片栗粉	5 g
塩	2 g
酒	

【煮汁】

だし汁	1400 c c
薄口醤油	70 g
みりん	90 g
塩	5 g

※塩分の入っただし汁を使用する場合は
塩の量を調整して下さい

●作り方

- ① 鶏ひき肉にみじん切りにした具材と調味料を入れて混ぜる
- ② 高野豆腐を水で戻し、縦半分になり、中央に切れ目を入れる
- ③ ②に①の具材を詰める
- ④ 鍋に【煮汁】の材料を入れて煮立たせる。
- ⑤ ホテルパンに③を並べ、④の煮汁を流し込む
- ⑥ オープンシートをかぶせ、ホテルパンの蓋をする
- 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 器に盛り付け提供する

※煮汁に水溶性片栗粉でとろみをつけると良い



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

Point

高野豆腐は熱湯で戻すと柔らかくなりすぎてしまうので50℃位の湯で戻して下さい。
1～2分で戻りますのでその後は、軽く水気を切ってからカットして下さい。
汁を吸いこむ為、煮汁は通常よりも多めにします。