真空調理　肉類

NICHIWA Consulting Room

チキンカレー（クックチル）

スチーマーモード

●材料＜１パック　５人分＞

鶏もも肉	４００ g
玉ねぎ	１２０ g
人参	８０ 個
ﾆﾝﾆｸ	５ g
生姜	５ g
サラダ油	３０ g
薄力粉	１５ g
カレー粉	１２ g
ｺｺﾅｯﾂﾐﾙｸ	４００ g
【ｽﾊﾟｲｽﾐｯｸｽ】	
ブイヨン	１５ g
塩	５ g
ｶﾞﾗﾑﾏｻﾗ	５ g
ﾊﾟﾌﾟﾘｶ	５ g
ﾅﾂﾒｸﾞ	３ g
ﾁﾘﾊﾟｳﾀﾞｰ	３ g
ﾛｰﾘｴ	１ g
バター	５０ g

●作り方

① 下処理した鶏肉に塩胡椒で下味をつける
② フライパンに油（分量外）をひき①の表面をリソレする
③ ②をブラスチチラーで冷却する
④ 鍋に油をひき、ﾆﾝﾆｸ・生姜を炒め香りを出す
⑤ ④に玉葱、人参を加えて炒め、薄力粉、カレー粉を加えて炒め、良く火を通しておく
⑥ ⑤にココナツオイルを加えて煮込み、仕上げにバターを加える
⑦ 真空袋に③の鶏肉と⑥のソースを入れ真空パックする
⑧ 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(ﾓｰﾄﾞ 1)
⑨ ⑧をブラストチラーに入れ急速冷却する（90分以内3°C以下）
⑩ ⑨をチルド庫にて保存する（連続3°C96時間以内）
⑪ スチームコンベクションオーブンで再加熱する(ﾓｰﾄﾞ 2)

パック前

パック後

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	８８℃	６０分	ー	強	1/1穴あきホテルパン
2	スチーマーモード	８８℃	２０分	ー	強	

Point

ココナッツミルクを使用した風味豊かなカレーです。香辛料の配合はお好みで調整して下さい。
濃度が濃い場合が水を加え調整して下さい。