






スチコンレシピ

カツ丼(刻み食)



【材料】

- ・豚肩ロース:500g
- ・食パン(パン粉用):1/4本
- ・玉ねぎ:1個
- ・玉子:2個
- ・三つ葉:適宜
- ・サラダオイル:少々
- ・調味料:適宜
- ・揚げ玉:適宜

	作り方	工程写真	使用機器・設定・その他ポイント
1	フィルムの中に豚肩ロースとサラダオイルを入れ真空パックする。		真空包装機 / 30秒
2	スチームコンベクションで加熱した後、氷水などで冷却する。 ※保存の場合:冷蔵庫に入れ保存する。		スチームコンベクションオープン / スチームモード / 70℃ / 20分 ブラストチラー / 3℃以下まで冷却
3	スチームコンベクションにサラダオイルとパン粉を入れ、混ぜながらきつね色になるまで炒め、冷ましておく。		スチームコンベクションオープン / ホットエアモード / 220℃
4	ホテルパンにフィルムから取り出した豚肉を1cm角に切って並べ、みじん切りの玉ねぎ、揚げ玉を入れる。		
5	調味液をひたひたになるまで加え、その上にパン粉をのせて加熱し、沸騰寸前まで温まったところに溶き玉子をかける。		スチームコンベクションオープン / コンビモード / 220℃ / 湿度80% / 5~6分

	作り方	工程写真	使用機器・設定・その他ポイント
6	1cmに切った三つ葉をのせ、玉子が半熟になるまで加熱し完成。		スチームコンベクションオープン ／コンビモード／220℃／湿度 80％／5～6分
7	<提供時> ごはんの上に盛り提供する。		