

# ひじきのビタミンサラダ

食数 1/1 ホテルパン 70g×38人分 2/3 ホテルパン 25人分

	1/1 ホテルパン	2/3 ホテルパン
<b>材料</b> 芽ひじき(乾) .....	100g	67g
<b>A</b> だし汁 .....	520g	346g
上白糖 .....	70g	46g
濃口しょうゆ .....	110g	73g
薄口しょうゆ .....	80g	53g
みりん .....	130g	87g
米酢 .....	50g	33g
サラダ油 .....	100g	67g
<b>B</b> 鶏ささみ(筋とる) .....	360g	240g
人参(千切り) .....	160g	107g
<b>C</b> 冷凍むき枝豆 .....	260g	173g
赤パプリカ(細切り) .....	130g	87g
スイートコーン .....	260g	173g



使用ホテルパン 65mm・穴あき2枚・フタ有り  
使用推奨備品 オープンシート

## 工程(使用機器)

## 調理手順

### 下処理

- ① 芽ひじきは水で戻しておきます。
- ② **A**を鍋にあわせ、一度沸騰させ煮汁を作ります。
- ③ **B****C**をそれぞれ穴あきホテルパンに入れます。(鶏ささみにはオープンシートを敷いておきます。)
- ④ 65mmホテルパンに水気を切ったひじきを入れ、煮汁を注ぎ、オープンシートで落とし蓋をし、さらにフタをします。

### 加熱調理 (スチームコンベクション)

- ⑤ ③、④をそれぞれ同時加熱します。時間差で取り出します。  
枝豆、パプリカ、コーン： **スチーム** モード・ 調理温度100℃・ 調理時間5分・ 風量3  
鶏ささみ、人参： **スチーム** モード・ 調理温度100℃・ 調理時間10分・ 風量3  
④のホテルパン： **スチーム** モード・ 調理温度100℃・ 調理時間12分・ 風量3
- ⑥ 加熱後、鶏ささみは清潔な手でさき、全ての食材をひじきのホテルパンにあわせ、馴染ませ冷却します。

### 盛付・提供

- ⑦ 器に盛り付け、提供します。