

# ガリバタサーモン

作成日 2023/7/3 修正日



栄養成分表示(100gあたり)  
エネルギー: 130kcal  
たんぱく質: 11.8g  
脂質: 4.2g  
炭水化物: 10.6g  
ナトリウム: 456mg  
(食塩相当量 1.1g)

【日本食品標準成分表2020より算出】

ホテルパン種類:	65mm	使用推奨備品:	オイルスプレー
材料:( )内は2/3ホテルパン分量			
	秋鮭(30g) 1125g (750g)	濃口しょうゆ 120g (80g)	お好きなきのこ 750g (500g)
(A)	濃口しょうゆ 75g (50g)	みりん 120g (80g)	玉ねぎ (20mm薄切り) 300g (200g)
	酒 45g (30g)	(B) 酒 90g (60g)	
	片栗粉 105g (70g)	上白糖 24g (16g)	片栗粉 18g (12g)
		有塩バター (溶かす) 60g (40g)	
		にんにく (みじん) 30g (20g)	
工程(使用機器)	調理手順		
下処理	①	秋鮭に(A)を15分以上漬け込みます。⇒その後、余った調味液は捨てます。	
	②	(B)を合わせ、一度沸騰させます。	
	③	65mmのホテルパンに(C)を入れて、片栗粉を絡ませたら②を入れなじませます。	
加熱調理 (スチームコンベクション)	④	①に片栗粉をまとわせたものを③に乗せ、オイルスプレーをして加熱します。 コンビモード(160)°C・(12)分・蒸気量(100)%・風量(3)	
	⑤	丁寧に全体をよく混ぜます。	
盛付・提供	⑥	器に盛りつけて、提供します。	
出来上り重量:( )内は2/3ホテルパン	約2300g (約1500g)	想定食数:( )内は2/3ホテルパン	100g×23人分 (15人分)

考案 野中 作成 河口

ポイント: ホテルパンの結露が気になる場合は、下に20mmのホテルパンを入れてください。