

ナポリタン風ビーフン

作成日 2023/8/30 修正日



栄養成分表示(150gあたり)

エネルギー: 303kcal
たんぱく質: 7.4g
脂質: 15.0g
炭水化物: 36.8g
ナトリウム: 595mg
(食塩相当量 1.5g)

【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:	
材料: ()内は2/3ホテルパン分量			
ビーフン(乾麺)	600g (400g)	ピーマン(細切り)	200g (133g)
トマトケチャップ	240g (160g)	マッシュルーム缶(スライス)	200g (133g)
ウスターソース	20g (13g)	(B) 玉ねぎ(スライス)	500g (333g)
(A) 上白糖	40g (27g)	にんじん(細切り)	200g (133g)
しょうゆ(小麦不使用)	12g (8g)	ベーコン(拍子切り)	560g (373g)
サラダ油	40g (27g)	塩	2.4g (1.6g)
顆粒丸鶏がらスープ(味の素)	4.8g (3.2g)		
工程(使用機器)	調理手順		
下処理	①	ビーフンを表示時間の半分で茹で、ザルにあげておきます。	
	②	ホテルパンに①を入れ、(A)を絡めます。	
加熱調理(スチームコンベクション)	③	②に(B)のをせ、全体に塩を振ったら加熱します。	
		コンビモード(180)°C・(8)分・蒸気量(100)%・風量(3)	
盛付・提供	④	全体を混ぜ合わせ、器に盛り付け提供します。	
出来上り重量: ()内は2/3ホテルパン	約2700g (約1800g)	想定食数: ()内は2/3ホテルパン	150g×18人分 (12人分)

考案 小山 作成 小山

ポイント: