

デザート揚げ餃子

作成日 2023/11/1 修正日



栄養成分表示 (30gあたり)

エネルギー: 92kcal
たんぱく質: 3.5g
脂質: 3.8g
炭水化物: 11.9g
ナトリウム: 19mg
(食塩相当量 0.0g)

【日本食品標準成分表2020より算出】

ホテルパン種類:	ノスティック20mm	使用推奨備品:	
材料: ()内は2/3ホテルパン分量			
こしあん	270g (180g)	餃子の皮	30枚 (20枚)
クリームチーズ	105g (70g)	水	適宜 (適宜)
		サラダ油	18g (12g)
工程(使用機器)	調理手順		
下処理	①	ホテルパンに餃子の皮を並べ、こしあん18g、クリームチーズ7gをのせます。	
	②	もう一枚の餃子の皮に水を付け①に被せたら、フォーク等でしっかりと閉じます。	
加熱調理 (スチームコンベクション)	③	全面に軽く油をつけ、再度ホテルパンに並べ加熱します。	
		ホットモード(210)℃・(5)分・風量(2)	
盛付・提供	④	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450g (約300g)	想定食数: ()内は2/3ホテルパン	30g×15人分 (10人分)

考案 小山 作成 小山

ポイント: