

いももち

作成日 2024/1/10 修正日



栄養成分表示(1個54gあたり)

エネルギー: 69kcal
たんぱく質: 0.9g
脂質: 2.3g
炭水化物: 12.3g
ナトリウム: 174mg
(食塩相当量 0.4g)

【日本食品標準成分表2020より算出】

ホテルパン種類:	20mm、穴あき	使用推奨備品:	ディッシャー18号
材料:()内は2/3ホテルパン分量			
じゃが芋	825g (550g)	(A) 濃口しょうゆ	66g (44g)
		(A) 上白糖	50g (33g)
		みりん	66g (44g)
		水	100g (67g)
片栗粉	75g (50g)		
(B) 有塩バター(溶かす)	66g (44g)	片栗粉	11g (7g)
水	20g (13g)	水	18g (12g)
工程(使用機器)	調理手順		
下処理	①	(A)を鍋で煮立たせ、火を止めたら、水溶き片栗粉を入れ、再沸騰させ、みたらしソースを作ります。	
	②	じゃが芋は切ったら水にさらし、穴あきホテルパンにのせ加熱後、熱いうちに潰します。 スチームモード(120)°C・(15)分・風量(3)	
	③	②に(B)を加えよく捏ね、ディッシャー18号で1個40gずつに分け、1.5cm厚さに成形します。	
加熱調理 (スチームコンベクション)	④	③の両面に油を薄く付け、ノンスティック加工のホテルパンにのせ加熱します。 コンビモード(190)°C・(10)分・蒸気量(60)%・風量(3)	
盛付・提供	⑤	加熱後の④を①に絡ませ、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1290g (約860g)	想定食数:()内は2/3ホテルパン	54g×24人分 (16人分)

考案 野中 作成 河口

ポイント: ノンスティック加工のホテルパンが無ければ、オープンシートを敷いて、加熱を行ってください。