

焼きそばA、B、C

料理名	食品名	切り方	1人分(g)	20人分	調理方法等
焼きそば	蒸し中華麺		100	2000	①野菜を下茹でして絞る
	豚肩ロース薄切	一口大	20	400	②むし中華麺をよくほぐし、担当Aはそのまま
	サラダ油		1	20	担当BとCはスチコン準備をする。
	食塩		0.2	4	B 【設定モード】オープンモード
	白こしょう		0.01	0.2	【温度】200℃
	清酒		1	20	【時間】7分
	キャベツ	ざく切り	30	600	【使用バット】2分の1ホテルパン
	たまねぎ	スライス	10	200	
	ピーマン	千切り	8	160	C 【設定モード】スチームモード
	にんじん	千切り	10	200	【温度】FULL
	もやし		30	600	【時間】5分
	食塩		0.5	10	【使用バット】2分の1ホテルパン
	白こしょう		3	60	
	ウスターソース		9	180	③肉に下味をつけ、鍋を熱し炒め、火が通ったら取り出しておく。
	中濃ソース		12	240	④鍋で①②③をよく混ぜ合わせ調味する。
清酒		1.3	26	⑤最後にしょうゆを入れて混ぜ合わせる。	
濃口醤油		0.6	12		
青のり		0.3	6		

※調味料や調理方法等は、各現場で調整してください。

<試作後のまとめ>

むし中華めんを事前にスチームコンベクションオープンで加熱をした場合、モードによって出来上がりの食味の違いなどがある。