



豚の角煮

調理機器：スチーム
コンベクション
オーブン

材料	一人分量	使用量30人分	切り方	調理方法等
	g	g		
豚肉	33	990	1.5cm角	① こんにゃくは、水で洗う。 うずら卵は、水をきり洗う。 調味料を合わせておく。
土生姜	1.5	45	千切り	
にんにく	0.7	21	みじん切り	
清酒	2	60		② パレットに、豚肉・うずら卵・こんにゃく・生姜・ にんにく・合わせ調味料を入れ、蓋をして スチームコンベクションオーブンで加熱する。
砂糖	3	90		
濃口醤油	6	180		【コンビスチーム 150℃ 45分 湿度100%】
本みりん	3	90		
うずら卵	14	430		③ 加熱が終了したら、中心温度を確認する。
こんにゃく	15	450		

※赤字の食品は大阪府学校給食会の取り扱い物資です。