

# Super Steam ハンバーグ① (1個60g)

調理システム：クックサーブ

1/1ホテルパン：24人分

## 写真

盛付写真



⑤加熱前 ホテルパン写真



⑤加熱後 ホテルパン写真



※写真は1個60g、1/1ホテルパンを使用しています。

## 材料(1人分)

合びき肉	40 g	デミグラスソース	15 g
玉ねぎ (みじん切り)	13 g		
サラダ油	適量		
卵	5 g		
パン粉	3 g		
牛乳	2 g		
A コンソメ顆粒	0.5 g		
塩	0.3 g		
白コショウ	0.15 g		
ナツメグ	適量		
栄養成分	エネルギー 178 kcal	たんぱく質 9.2 g	脂質 12.8 g
		炭水化物 5.2 g	食塩 0.8 g

## 作業手順

下 処 理	① 玉ねぎをカットする。
	② 卵は溶いておく。
下 処 理 加 熱	③ サラダ油をひいたフライパンで①の玉ねぎを炒め、粗熱を取る。
	④ ボウルで肉、③、Aを混ぜ合わせて、1個60gに成形する。
加 熱	⑤ オープンシートを敷いたホテルパンに④を並べ、予熱したスチコンで加熱する。 使用ホテルパン    アルミ    調理設定    コンビ 30%    ・    220℃    ・    8~10分    ・    風量4
	⑥ 器に盛付け、デミグラスソースをかける。