

卵豆腐 (病院食)

合計加熱調理時間 約 17分

[1人分：82kcal/ 食塩相当量：0.7g]

低温加熱なので、とっても舌触りがなめらか！お出汁のコクが口の中に広がります。



材料 (120人分)

卵：L玉 (割りほぐす)	100個
だし汁	5500cc
薄口しょうゆ	50cc
粗塩	25g
本みりん	150cc
日本酒	80cc

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

120人分
穴あきホテルパン1分の1 65mm 5枚分
(幅18cm×奥行21cm×高さ4.2cm 流し缶 10個分)

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	スチーム	—	17分	90℃	—

作り方

1. ボールにすべての材料を入れて混ぜ合わせ、網こして流し缶に入れる。
2. 65mmの穴あきホテルパン5枚に1をのせ、アルミホイルを被せて【設定1】で予熱後、加熱する。
3. 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、プラストチラーで冷やす。



調理ポイント

- ◆固さは卵の量で調節すること。
- ◆調味料の塩分を上げるのではなく、だしを濃いめにして味わいを深めること。
- ◆作り方2で型に水が入らないよう、アルミホイルはしっかりと被せること。
- ◆段数によって、加熱時間を調節すること。(10段：22分)