おかゆ（病院食）

スチームモード　ホットエアモード　コンビモード

合計加熱調理時間　約 45 分

［1人分：＊＊kcal／食塩相当量：0.0 g］

100gあたりのエネルギー　※上記＊＊kcalは、全かゆ65kcal／七分かゆ49kcal／五分かゆ33kcal／三分かゆ17kcalです。

病院食の定番。スチコンを使えば、分量比の異なるおかゆも一度にできます。

材料（仕上がり
［全かゆ］10802g
［七分かゆ］7245g
［五分かゆ］9780g
［三分かゆ］9240g）

[全かゆ]　1：5（体積比）
米600cc（＝510g）：水3000cc
[七分かゆ]　1：7（体積比）
米300cc（＝255g）：水2100cc
[五分かゆ]　1：10（体積比）
米300cc（＝255g）：水3000?
[三分かゆ]　1：20（体積比）
米150cc（＝128g）：水3000cc

※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

仕上がり
［全かゆ］10802g
［七分かゆ］7245g
［五分かゆ］9780g
［三分かゆ］9240g
1/1ホテルパン 65mm 3枚分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	スチーム	–	45分	100℃	–

【注意】1/1ホテルパンで汁物など液体を調理する際には、ホテルパンの出し入れに危険が伴う場合があります。
取り扱いには十分にご注意ください。

下ごしらえ

・米は洗って30分以上浸水させ、ザルにあげて水気をしっかり切る。

作り方

1. 65mmのホテルパン3枚に米、水を入れてフタをして【設定1】で予熱後、加熱する。

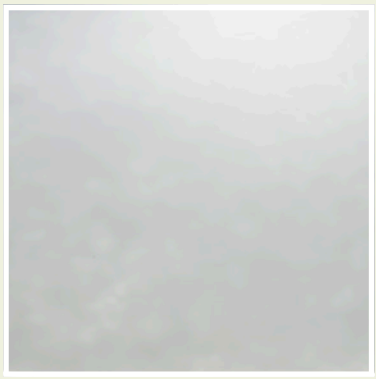
調理ポイント　◆各おかゆの仕上がりは【プリントアウト用PDF】をご覧ください。

Copyright (C) 2023 HOSHIZAKI CORPORATION.　All Rights Reserved.

各おかゆの仕上がり

◆[全かゆ]1:5(体積比)

◆[七分かゆ]1:7(体積比)

◆[五分かゆ]1:10(体積比)

◆[三分かゆ]1:20(体積比)