

ミックスホルモンすき焼き

1人前



キャッチコピー

ハチノス、シマ腸、小腸、せんまい(ミックスホルモン)を使用した、濃厚すき焼き

レシピコンセプト・特徴

ハチノス、シマ腸、小腸、せんまい(ミックスホルモン)で作る濃厚な味わいのすき焼きキットメニュー。

下処理をしたミックスホルモンに、たまり醤油を使用した割りしたを添え、高級感を演出します。

季節	オールシーズン	提供業態イメージ	SM	ジャンル	和食
レシピカテゴリー	メイン(肉がメインの料理)		調理方法	茹でる	
主要栄養素					
カロリー	炭水化物	脂質	たんぱく質	ビタミン	ミネラル
433Kcal	58g	14g	14g	374mg	3.4g
食物繊維	塩分	カリウム	ナトリウム		
11g	5g	731mg	1742mg		
トータルコスト【原価】	想定売価(税抜)	想定売価(税込)	原価率	アレルギー	
				卵	小麦
				乳	そば
				落花生	えび
				かに	胡麻
				カシューナッツ	その他
					牛肉・大豆
Process				Standby	調理時間
				Cooking	調理時間
				合計	調理時間
					約 30 分
					約 5 分
					約 35 分

【Standby】
 (1) 【シマ腸、小腸の下処理】
 ① 解凍し余分な脂をカットし、たっぷりの水で火にかけ茹でこぼし、ザルにあげておく。食べやすい大きさにカットする。
 (2) 【せんまいの下処理】
 ① たっぷりの水で火にかけ茹でこぼし、ザルにあげておく。食べやすい大きさにカットする。(ひだに垂直にカットする。)
 (3) 【牛ハチノスの下処理】
 ① 下茹で用の材料を全て入れ熱し、沸騰したら牛ハチノスを加え約2時間ほど中弱火で下茹でをする。(※調理時間外)
 (4) にんにくはスライスする。
 (5) 長ネギは斜め切りに、春菊は6cm位の長さにカットする。
 (6) ごぼうは大きめのさがきにし、酢水(※分量外)に15分程さらす。
 (7) ホテルパンに(6)を並べ、スチームコンベクションオープンをスチームモード100℃に設定し、(6)を7分加熱し冷ます。(急速冷却があれば使用)
 (8) 割りしたの材料を鍋に入れ、ひと煮立ちさせ冷ます。

【Cooking】
 (1) 包材にミックスホルモン、長ネギ、春菊、しらたき、ごぼう、にんにく、輪切りとうがらしをセットし、別袋などに入れた割りしたと一緒にキットアップし完成。

《本レシピにおける特記事項》

ご家庭ではまず鍋に割りしたを入れひと煮立ちさせ、ミックスホルモン、にんにく、輪切りとうがらしを加え、7~8分中弱火で煮込んでから野菜を加えて頂きます。ハチノス、せんまいの分量はシマ腸、小腸の各1/3にしました。(すき焼きには他の部位と比べ加熱するとやや固めですので、アクセントになる程度の量を配合しています。)

Cooking Recipe

NO	使用材料	メーカー	仕入れコスト	数量	単位	歩留	g 単価	使用量	単位	備考	原価
1	ミックスホルモン (下処理分含む)	ハチノス	ワールドコマース(株)	1000	g	100%		10.00	g		
2		白ワインビネガー		1000	g	100%		15.00	g		
3		水		0	ml	100%		100.00	ml		
4		ローリエ		5	g	100%		0.25	g		
5		ローズマリー		30	g	90%		1.50	g		
6		オレガノ		15	g	100%		0.50	g		
7		その他香味野菜						適量			
8	シマ腸	ワールドコマース(株)		1000	g	80%		30.00	g		
9	小腸	ワールドコマース(株)		1000	g	80%		30.00	g		
10	せんまい	ワールドコマース(株)		1000	g	100%		10.00	g		
11	長ネギ			5000	g	80%		40.00	g		
12	春菊			1000	g	90%		30.00	g		
13	しらたき			1000	g	60%		40.00	g	下処理済のもの	
14	ごぼう			1000	g	90%		40.00	g		
15	にんにく			40	g	95%		2.00	g		
16	輪切りとうがらし			1000	g	100%		0.20	g		
17	割りした	たまり醤油		1000	g	100%		32.50	g		
18		砂糖		1000	g	100%		25.00	g		
19		みりん		1000	g	100%		37.50	g		
20		水		0	ml	100%		12.50	ml		

1. 標準	トータルコスト【原価】
	(1人前)トータルコスト【原価】