

土手煮ホルモン

1人前



キャッチコピー

牛小腸を使用した、おつまみ&トッピング兼用メニュー

レシピコンセプト・特徴

赤味噌ベースの土手煮仕上げのホルモンおつまみ、大根、こんにゃく、うずら卵を一緒に煮込みます。

甘めの仕上げで味噌ラーメンのトッピングにお勧めです。

季節	オールシーズン	提供業態イメージ	居酒屋	ラーメン屋	ジャンル	和食
レシピカテゴリ	トッピング・おつまみ		調理方法	煮る		

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	食物繊維	塩分	カリウム	ナトリウム					
260Kcal	25g	12g	9g	22mg	1.5g	5g	2.1g	440mg	791mg					
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	ノン
				○									牛肉・大豆	
Process				Standby	調理時間	約	40	分						
				Cooking	調理時間	約	40	分						
				合計	調理時間	約	80	分						

【Standby】  
 【牛小腸の下処理】  
 解凍後、たっぷりの水から火にかけ沸騰させ、一旦茹でこぼす。  
 鍋に水と茹でこぼした牛小腸、ネギの青い部分、にんにく、生姜など(※分量外)を入れ、再び沸かし30分程茹で上げ、食べやすい大きさにカットする。

(1) 大根、人参はいちょう切りに、ごぼうは縦半分にかつし斜め切り、生姜はうす切りにする。大根は下茹でする。  
 (2) こんにゃくは一旦茹でこぼし、一口大にかつする。  
 (3) 合わせ調味料の材料を合わせておく。

【Cooking】  
 (1) 鍋に出汁を入れ沸かし、牛小腸、大根、こんにゃく、ごぼう、生姜を入れ20分程煮込む。  
 (2) (1)の鍋に合わせ調味料、輪切りとうがらし、うずら卵水煮、人参を入れ更に20分程煮込み完成。

《本レシピにおける特記事項》

【Cooking】-(2)の工程では水分を飛ばすように加熱してください。

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	牛小腸	ワールドコマース株		1000	g	34%		30.00	g	※下処理済み	
2	大根			1000	g	90%		60.00	g		
3	こんにゃく			1000	g	100%		30.00	g		
4	ごぼう			1000	g	90%		25.00	g		
5	うずら卵水煮			430	g	100%		25.00	g		
6	人参			200	g	80%		15.00	g		
7	合わせ調味料	赤味噌		1000	g	100%		22.50	g		
8		みりん		1000	g	100%		5.00	g		
9		酒		1000	g	100%		7.50	g		
10		砂糖		1000	g	100%		5.00	g		
11		醤油		1000	g	100%		2.50	g		
12	出汁(濃縮率に準じ、水と合わせたもの)			5000	g	100%		50.00	g		
13	輪切りとうがらし			1000	g	100%		0.10	g		
14	生姜			100	g	80%		2.50	g		
15	※ 長ネギなど(あしらえ)										
4. メニュー開発サービス								トータルコスト【原価】			
								(1人前)トータルコスト【原価】			