

牛エスニックそぼろ

約100g



キャッチコピー

手土産になるような牛そぼろ

レシピコンセプト・特徴

スパイス(カルダモン、ナツメグ、シナモンなど)を効かせた、新しい味のそぼろ。  
他社商品との差別化を図り、今までにないような手土産を提案します。

季節	オールシーズン	提供業態イメージ	手土産	ジャンル	アジア・エスニック他
レシピカテゴリー	副菜	調理方法	煮る		
主要栄養素(1人前約100gあたり)					
カロリー	炭水化物	脂質	たんぱく質	ビタミン	ミネラル
637Kcal	28g	35g	43g	115mg	3.1g
				食物繊維	塩分
				1g	4g
カリウム	ナトリウム				
869mg	1576mg				
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
					ノン
Process			Standby	調理時間	約 10 分
			Cooking	調理時間	約 20 分
			合計	調理時間	約 30 分

【Standby】

- 生姜は千切りにする。乾燥とうがらしは砕き、種を取り除く。
- 冷凍牛トリミングは解凍し、粗くミンチにする。  
(下処理の際に取り除いた脂は別途使用する為、廃棄しない)

【Cooking】

- 鍋にサラダ油を入れ熱し、牛トリミングを下処理した際に取り除いた余分な脂を加え炒め、脂分を出す。
- (1)にミンチ肉を加え炒める。全体的に火が通ったら生姜と乾燥とうがらしを加え、更に香りがでるまで炒める。
- (2)に合わせ調味料を入れ、煮炒める。水分が少なくなってきた段階で、みりん、ナンプラー、カルダモン、コリアンダー、ナツメグ、シナモンパウダーを加える。
- 更に水分を飛ばし、煮汁がほとんどなくなったら完成。

《本レシピにおける特記事項》

スパイスを効かしたしっかりとした味付けなので、牛トリミング肉は粗いミンチカットがお勧めです。  
牛脂や脂身から牛肉の香りやうま味が出てくるので、牛肉と一緒に炒めます。(炒める際に使用し、可食部からは取り除く)

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	冷凍牛トリミング	ワールドコマース(株)		1000	g	80%		220.00	g		
2	生姜			100	g	80%		15.00	g		
3	合わせ調味料	三温糖		1000	g	100%		10.00	g		
4		はちみつ		2500	g	100%		10.00	g		
5		醤油		1000	g	100%		25.00	g		
6		酒		1000	g	100%		18.00	g		
7	みりん			1000	g	100%		10.00	g		
8	ナンプラー			1000	g	100%		0.50	g		
9	カルダモン			80	g	100%		0.10	g		
10	コリアンダー			5	g	100%		0.10	g		
11	ナツメグ			1000	g	100%		0.05	g		
12	シナモンパウダー			80	g	100%		0.08	g		
13	乾燥とうがらし			1000	g	100%		0.80	g		
14	サラダ油			16500	g	100%		3.00	g		
15											
1. 標準								トータルコスト【原価】			
								(1人前)トータルコスト【原価】			