

ゆず胡椒ホルモン煮込み

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

ゆず胡椒とねぎをたっぷりと添えた、
爽やかな辛みのホルモン煮込み仕立て
醤油、塩、味噌などオールマイティーにラーメンへ
トッピングOK、辛みの好きな方にお勧めです。

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
レシピカテゴリー	トッピング・おつまみ		調理方法	煮る	焼く	

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
133Kcal	3g	11g	4g	12mg	0.4g	1g	0.4g	190mg	124mg

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・豚肉・鶏肉・大豆・ゼラチン	

Process	Standby	調理時間	約	40	分
	Cooking	調理時間	約	20	分
	合計	調理時間	約	60	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) 長ネギは3cm位の長さにカットする。
(2) 中華スープのもと(顆粒タイプ)と水を鍋に入れ沸かし、中華スープを作る。

【Cooking】

(1) 鍋にごま油入れ熱し、長ネギの表面を焼きつけ、一旦取り出す。
(2) (1)の鍋に牛小腸を加え炒め、酒をふりかける。
(3) (2)に(1)と中華スープを加え10分程煮込む。
(4) (3)に柚子胡椒(青)を加え混ぜ合わせる。
(5) (4)に水溶き片栗粉を加え、とろみがついたら火を止め完成。

《本レシピにおける特記事項》

コクをアップさせる場合は、中華スープの濃度を上げる、仕上げにごま油を足すなどで調整することが出来ます。
柚子胡椒(青)はメーカーによって塩分も異なりますので調整してください。

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	中華スープ	中華スープのもと(顆粒タイプ)		250	g	100%		2.00	g		
3				水	0	g	100%		100.00	g	
4	ごま油			1000	g	100%		3.00	g		
5	長ネギ			5000	g	80%		25.00	g		
6	酒			1000	g	100%		2.50	g		
7	柚子胡椒(青)			1000	g	100%		1.50	g		
8	水溶き片栗粉	片栗粉		1000	g	100%		1.50	g		
9				水	0	g	100%		5.00	g	
10											
11	※ 万能葱など(あしらえ)										
12											
13											
14											

3. 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】	