

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加

煮魚用調味液

青魚用



クックサーブ

使用レシピ

★さばの煮付け★

しょうが風味のきいた、おいしいさばの煮付けです。



1/1 ホテルパン 1 枚分	約 30 人前	仕上がり約 2000g
材料名	数量 (g)	備考
さば	1600	30 切
酒	30~45	
生姜	20~30	
煮魚用調味液 (青魚用)	600	約 500cc

作り方

使用機器

設定

下準備

- ① さばは皮側に交差するよう切れ目を入れ、酒をまぶす。生姜は薄切りにする。
- ② ホテルパンに煮魚用調味液を薄く敷き、①のさばの水気を切り、皮を上にして重ならないように並べる。
- ③ 煮魚用調味液の 3/4 量を②にかけ、全体に絡め、生姜を加え、上からクッキングペーパーを敷き、残りの煮魚用調味液を上からかけ、軽く抑えるようにしてなじませる。

スチコン

②



加熱

- ④ 上蓋をし、スチームコンベクションオーブンで加熱する。
- ⑤ 加熱後、クッキングペーパーを取り除きホテルパン内の煮魚用調味液をさばの表面にかける。

スチコン

コンビ：130℃：蒸気 100%
生または全解凍…20~30分
冷凍…30~40分

⑤



提供

- ※ ホテルパン内で 15 分以上置くと味がよくしみ込みおいしくいただけます。
- ⑥ さばを器に盛り、煮汁をかけて提供する。

※加熱時間は、材料の量・大きさ・厚さや使用する機種、お客様の設定条件によって調節して下さい。

【栄養価】 (100g)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	食塩分
さば	287kcal	12.9g	18.8g	11.7g	571mg	276mg	165mg	8mg	0.8mg	1.5g

株式会社 マルハチ村松

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加

煮魚用調味液



青魚用

クックサーブ

使用レシピ

★ぶりの照り焼き★ おいしいぶりの照り焼きです。		1/1 ホテルパン 1枚分	約 20 人前	
		材料名	数量 (g)	備考
	ぶり	1400	20 切	
	煮魚用調味液 (青魚用)	240	約 200cc	
	生姜	20~25		
作り方		使用機器	設定	
下準備	① パットにぶりと煮魚用調味液を入れ、よくなじませ、3 時間以上漬け込んでおく。 ※ ビニール袋に入れ、漬け込めば、後始末も大変楽になります。 生姜は千切りにする。 ② 焼く直前に煮魚用調味液をよく絡め、焼き網または深さ 20mm のホテルパンにクッキングシートを敷き、ぶりの間隔をあけて並べ、上に煮魚用調味液をかける。		①  ② 	
	加熱	③ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	ホット：230℃：蒸気 0% 7 分 (芯温 75℃, 1 分以上)
提供	④ ぶりを器に盛り、千切りした生姜を添え、提供する。			

※加熱時間は、材料の量・大きさ・厚さや使用する機種、お客様の設定条件によって調節して下さい。

【栄養価】 (100g)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	食塩分
ぶり照焼	245kcal	18.4g	14.8g	6.6g	306mg	349mg	119mg	6mg	1.2mg	0.8g

株式会社 マルハチ村松

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加

煮魚用調味液



青魚用

クックサーブ

使用レシピ

★ぶり大根★

大根にまでしっかり味のしみこんだおいしいぶり大根です。



1/1 ホテルパン1枚分	約10人前	
材料名	数量(g)	備考
ぶり	700	10切
大根	560	大1/2本
生姜	30	
煮魚用調味液(青魚用)	280	約230cc

作り方

使用機器

設定

下準備

- 大根は厚さ1.5cmのいちょう切りにし、スチームで下処理をしておく。生姜は薄切りにする。
- ホテルパンに煮魚用調味液を薄く敷き、ぶり、大根を重ねないように並べる。
- 煮魚用調味液の3/4量を②にかけ、全体に絡め、生姜を加え、上からクッキングペーパーを敷き、残りの煮魚用調味液を上からかけ、軽く抑えるようにしてなじませる。

スチコン

スチーム: 100℃: 蒸気 100%
10分

加熱

- 上蓋をし、スチームコンベクションオーブンで加熱する。
- 加熱後、クッキングペーパーを取り除きホテルパン内の煮魚用調味液をぶりの表面にかける。

スチコン

コンビ: 130℃: 蒸気 100%
生または全解凍...20~30分
冷凍...30~40分

提供

- ※ ホテルパン内で15分以上置くと味がよくしみ込みおいしくいただけます。
- ぶり、大根を器に盛り、煮汁をかけて提供する。

※加熱時間は、材料の量・大きさ・厚さや使用する機種、お客様の設定条件によって調節して下さい。

【栄養価】(100g)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	食塩分
ぶり大根	157kcal	10.2g	7.9g	9.3g	360mg	289mg	76mg	12mg	0.8mg	0.9g

株式会社 マルハチ村松

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加

煮魚用調味液

青魚用



クックサーブ

使用レシピ

★秋刀魚の梅煮★

さっぱりとしたおいしい秋刀魚の梅煮です。



1/1 ホテルパン 1 枚分	約 20 人前	
材料名	数量 (g)	備考
秋刀魚	1200	10 尾
梅	60	中 5 個
生姜	20	
煮魚用調味液 (青魚用)	400	約 330cc
水	200	

【希釈の比率 (g)】
調味液 : 水 = 2 : 1

	作り方	使用機器	設定
下準備	<p>① 秋刀魚は頭と尾を切り落とし、内臓を取り、水洗いし、4等分の筒切りにする。梅は種を取る。生姜は薄切りにする。煮魚用調味液は水で希釈する。</p> <p>② ホテルパンに希釈した煮魚用調味液を薄く敷き、①の秋刀魚の水気を切り、重ならないように並べる。</p> <p>③ 希釈した煮魚用調味液の 3/4 量を②にかけ、全体に絡め、梅を手でちぎりながら散らし、生姜を加え、上からクッキングペーパーを敷き、残りの希釈した煮魚用調味液を上からかけ、軽く抑えるようにませる。</p>		
加熱	<p>④ 上蓋をし、スチームコンベクションオーブンで加熱する。</p> <p>⑤ 加熱後、クッキングペーパーを取り除きホテルパン内の煮魚用調味液を秋刀魚の表面にかける。</p> <p>※ ホテルパン内で 15 分以上置くと味がよくしみ込みおいしくいただけます。</p>	スチコン	コンビ : 130°C : 蒸気 100% 生...20~30 分
提供	<p>⑥ 秋刀魚を器に盛り、梅を添え、煮汁をかけて提供する。</p>		

※加熱時間は、材料の量・大きさ・厚さや使用する機種、お客様の設定条件によって調節して下さい。

【栄養価】 (100g)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	食塩分
秋刀魚	237kcal	10.8g	12.8g	16.8g	1362mg	212mg	119mg	25mg	1.0mg	3.5g

株式会社 マルハチ村松

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加



クックサーブ

煮魚用調味液

青魚用

使用レシピ

		1/1 ホテルパン 1枚分	約 20 人前	仕上がり約 1200g
		材料名	数量 (g)	備考
<p>★鶏の照り焼き★ 皮はパリッと中はふっくらジューシーな鶏の照り焼きです。</p> 		鶏もも肉	1600	5~6 枚
		塩・こしょう 煮魚用調味液 (青魚用)	少々 320	約 270cc
作り方		使用機器	設定	
下準備	① 肉は全体をフォークで軽く刺し、塩・こしょうをする。		①	
	② バットに鶏肉と煮魚用調味液を入れ、よくなじませ、1時間以上漬け込んでおく。 ※ ビニール袋に入れ、漬け込めば、後始末も大変楽になります。 ※ 3時間以上漬け込むと更に味がしみ込みおいしくなります。		②	
加熱	③ 焼く直前に煮魚用調味液をよく絡め、焼き網または深さ 20mm のホテルパンにクッキングシートを敷き、鶏肉の間隔をあけて並べ、上に残りの煮魚用調味液をかける。	スチコン	コンビ : 210℃ : 蒸気 30% 7~9分 (芯温 75℃, 1分以上)	
	④ スチームコンベクションオーブンで加熱する。		④	
提供	⑤ 器に盛り、提供する。			

※加熱時間は、材料の量・大きさ・厚さや使用する機種、お客様の設定条件によって調節して下さい。

【栄養価】 (100g)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	食塩分
鶏の照焼	200kcal	14.0g	11.7g	7.1g	366mg	255mg	144mg	6mg	0.4mg	0.9g

株式会社 マルハチ村松