

煮物つゆ 淡色



使用レシピ

★かぼちゃの煮物★

だしのうま味をたっぷりしみこんだかぼちゃ煮物です。



材料名	約 10 人前 数量 (g)	仕上がり約 570g 備考
かぼちゃ	500	1/2 個
煮物つゆ (淡色)	70	約 55cc

	作り方	使用機器	設定
下準備	① かぼちゃは種とワタをとり除き、3cm 厚さのくし形に切る。皮を一部むき、3~4cm 角に切る。 ② かぼちゃ、煮物つゆを真空袋に入れる。		③ 
真空包装	③ 真空包装機で真空パックする。	真空包装	45 秒 (真空 : 99%)
加熱	④ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	スチーム : 95°C : 蒸気 100% 生...30 分/冷凍...20 分
冷却・保管	⑤ ブラストチラーで 90 分以内に芯温 3°C 以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却 : 芯温 3°C 以下 庫内温度 0~3°C
最終加熱	⑥ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	スチーム : 80°C : 蒸気 100% 30 分
提供	⑦ かぼちゃを器に盛り、煮汁をかけて提供する。		⑥ 

※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
かぼちゃ	103kcal	2.0g	0.3g	23.2g	283mg	428mg	46mg	14mg	0.5mg	0.7g

株式会社 **マルハチ村松**

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371

煮物つゆ 淡色

使用レシピ

★ひじきの五目煮★

だしのきいたふっくらおいしいひじきの煮物です。



		約 10 人前	
材料名		数量 (g)	備考
大豆 (ゆで)		200	
人参		70	1/3 本
油揚げ		60	2 枚
乾燥ひじき		25	
干し椎茸		7	1 個
ごま油		5	
煮物つゆ (淡色)		100	約 80cc
水		100	

【希釈の比率 (g)】
調味液 : 水 = 1 : 1

作り方		使用機器	設定
下準備	① ひじきは洗い、鍋に入れ、たっぷり水を加えて火にかけ、沸騰したらざるにあげ水気を切る。人参はマッチ棒状に切る。油揚げは油抜きし、5cm幅に切る。干し椎茸は水戻し後、2mm幅に切る。煮物つゆは水で希釈する。 ② 食材の水気をよく切り、ごま油をなじませる。 ③ 食材、希釈した煮物つゆを真空袋に入れる。		
真空包装	④ 真空包装機で真空パックする。	真空包装	40~45 秒 (真空 : 99%)
加熱	⑤ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	スチーム : 95℃ : 蒸気 100% 40 分
冷却・保管	⑥ ブラストチラーで 90 分以内に芯温 3℃以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却 : 芯温 3℃以下 庫内温度 0~3℃
最終加熱	⑦ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	スチーム : 80℃ : 蒸気 100% 15~20 分
提供	⑧ 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
ひじき	165kcal	8.9g	7.6g	15.8g	613mg	495mg	115mg	123mg	3.3mg	1.6g

株式会社 **マルハチ村松**

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371

煮物つゆ 淡色

使用レシピ

★さつまいもの甘煮★

だしのうま味をたっぷりしみこんだ、ほっくり美味しいさつまいもの煮物です。



材料名	約 10 人前 数量 (g)	仕上がり約 700g 備考
さつまいも	500	2 本
煮物つゆ (淡色)	50	約 40cc
水	150	

【希釈の比率 (g)】

調味液 : 水 = 1 : 3

作り方	使用機器	設定
下準備 ① さつまいもはよく洗って、皮つきのまま厚さ 1cm の輪切りにする。煮物つゆは水で希釈する。 ② さつまいも、希釈した煮物つゆを真空袋に入れる。		
真空包装 ③ 真空包装机で真空パックする。	真空包装	45 秒 (真空 : 99%)
加熱 ④ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	スチーム : 95°C : 蒸気 100% 30 分
冷却・保管 ⑤ ブラストチラーで 90 分以内に芯温 3°C 以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却 : 芯温 3°C 以下 庫内温度 0~3°C
最終加熱 ⑥ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	スチーム : 80°C : 蒸気 100% 20 分
提供 ⑦ さつまいもを器に盛り、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
サツマイ	122kcal	1.1g	0.2g	26.5g	228mg	357mg	39mg	30mg	0.5mg	0.6g

株式会社 **マルハチ村松**

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371

煮物つゆ

淡色

使用レシピ

★高野豆腐と鶏肉の煮物★

だしのうま味をたっぷりしみこんだ美味しい煮物です。



材料名	約5人前	備考
	数量(g)	
鶏もも肉	250	1枚
人参	150	中1本
高野豆腐(乾燥)	100	5個
煮物つゆ(淡色)	100	約80cc
水	150	
いんげん	25	

【希釈の比率(g)】

調味液：水=2：3

作り方		使用機器	設定
下準備	① 鶏肉は食べやすい大きさに切り、油で炒めておく。人参は食べやすい大きさに切る。高野豆腐は約50℃のたっぷりの湯に浸して戻す。十分に膨れたら1つずつ手にとり両手のひらで挟んでスポンジを押す要領で軽く水気を絞る。 いんげんは茹で、幅3cmに切る。 煮物つゆを水で希釈する。		
	② 鶏肉、人参、高野豆腐、希釈した煮物つゆを真空袋に入れる。		
真空包装	③ 真空包装機で真空パックする。	真空包装	30~35秒 (真空：99%)
加熱	④ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	スチーム：95℃：蒸気100% 40分
冷却・保管	⑥ ブラストチラーで90分以内に芯温3℃以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却：芯温3℃以下 庫内温度0~3℃
最終加熱	⑥ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	スチーム：80℃：蒸気100% 15~20分
提供	⑦ 鶏肉、人参、高野豆腐を器に盛り、いんげんを添え、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
高野豆腐	126kcal	8.9g	6.5g	6.8g	363mg	132mg	130mg	66mg	0.8mg	0.9g

株式会社 マルハチ村松

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371

煮物つゆ

淡色


使用レシピ

★筑前煮★

素材をいかしたおいしい筑前煮ができます。
根菜類がたっぷりの摂れる1品です。



材料名	約 10 人前 数量 (g)	仕上がり約 700g 備考
ごぼう	75	冷凍野菜ミックス 500g
人参	90	
たけのこ	75	
さといも	150	
しいたけ	35	
れんこん	75	約 60cc
鶏肉	100	
油	適量	
煮物つゆ (淡色)	75	
絹さや	10	

	作り方	使用機器	設定
下準備	① 鶏肉は食べやすい大きさに切る。 絹さやは茹で、斜めに切る。	スチコン	スチーム: 100°C: 蒸気 100% 5分
	② 鶏肉は油で炒めるか、穴あきホテルパンに入れ、スチコンで下処理をし、ブラストチラーで急速冷却し、粗熱をとる。		④ 
	③ 冷凍野菜ミックス、鶏肉、煮物つゆを真空袋に入れる。		
真空包装	④ 真空包装机で真空パックする。	真空包装	45秒 (真空: 99%)
加熱	⑤ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	スチーム: 95°C: 蒸気 100% 30分
冷却・保管	⑥ ブラストチラーで90分以内に芯温 3°C以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却: 芯温 3°C以下 庫内温度 0~3°C
最終加熱	⑦ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	スチーム: 80°C: 蒸気 100% 30分
提供	⑧ 器に盛り、絹さやを添え、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
筑前煮	95kcal	3.9g	2.5g	15.0g	357mg	283mg	69mg	20mg	0.4mg	0.9g

株式会社 マルハチ村松

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371

煮物つゆ 淡色

使用レシピ

★きんぴらごぼう★

だしの風味豊かなおいしいきんぴらごぼうです。



材料名	約10人前	
	数量(g)	備考
ごぼう	500	中2.5本
人参	200	大1本
ごま油	5	
唐辛子	適量	
煮物つゆ(淡色)	90	約70cc
水	60	

【希釈の比率 (g)】

調味液 : 水 = 3 : 2

作り方		使用機器	設定
下準備	① ごぼうはさがき又は細切りにして、酢水に約15分浸ける。 人参は細切りにする。 煮物つゆは水で希釈する。	スチコン	スチーム : 100°C : 蒸気 100% 20分
	② ごぼう、人参を穴あきホテルパンに入れ、スチームコンベクションオーブンで下処理をし、ブラストチラー急速冷却し、粗熱をとる。		
真空包装	③ ごぼう、人参、ごま油、唐辛子、希釈した煮物つゆを真空袋へ入れる。		
	④ 真空包装機で真空パックする。	真空包装	40~45秒 (真空 : 99%)
加熱	⑤ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	スチコン	スチーム : 95°C : 蒸気 100% 30分
冷却・保管	⑥ ブラストチラーで90分以内に芯温3°C以下に冷却し、冷蔵庫で保管する。	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却 : 芯温 3°C以下 庫内温度 0~3°C
最終加熱	⑦ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。	スチコン	スチーム : 80°C : 蒸気 100% 20~30分
提供	⑧ 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
きんぴら	76kcal	1.5g	0.7g	16.4g	346mg	272mg	50mg	34mg	0.5mg	0.9g

株式会社 マルハチ村松

業務用営業部

静岡県焼津市城之腰65の1

TEL 054 (622) 7371