

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



みそ煮用

クックチル

使用レシピ

## ★さばのみそ煮★

しょうが風味のきいたおいしいみそ煮です。






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(みそ煮用)	480	約400cc
水	120	

【希釈の比率(g)】

調味液：水=4：1

	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。 煮魚用調味液は水で希釈する。 ② ホテルパンに希釈した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 希釈した煮魚用調味液の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。		②  ③ 
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
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	コンビ：160℃：蒸気100% 10分
提供	⑧ さばを器に盛り、煮汁をかけて提供する。		⑦ 

※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	274kcal	12.8g	19.2g	8.0g	428mg	268mg	161mg	9mg	0.7mg	1.1g

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

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



みそ煮用

クックチル

使用レシピ

		1/1 ホテルパン1枚分	約20人前	
		材料名	数量(g)	備考
<p>★さばのネギみそ焼き★ 長ねぎとみそが香ばしく、食欲をそそる一品です。</p> 	さば	1200	20切	
	長ねぎ	160	1.5本	
	酒	25~30		
	煮魚用調味液(みそ煮用)	190	約160cc	
	水	50		
		<p>【希釈の比率(g)】 調味液：水=4：1</p>		
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。 長ねぎ、生姜はみじん切りにする。 煮魚用調味液は水で希釈する。		④	
	② 希釈した煮魚用調味液にみじん切りにした長ねぎ、生姜を加え、混ぜる。			
加熱	③ バットにさばと②を入れ、よくなじませ、1時間以上漬け込んでおく。	スチコン	ホット：230℃：蒸気0% 5分	
	④ 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、さばの間隔をあけて並べ、上に残りの煮魚用調味液をかける。			
冷却・保管	⑤ スチームコンベクションオーブンで加熱する。	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 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。	スチコン	コンビ：130℃：蒸気30% 7~9分(芯温75℃,1分以上)	
提供	⑦ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。		⑦	
	⑧ さばを器に盛り、提供する。			
※右記写真は9人前の分量です。				

※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	268kcal	13.1g	19.9g	5.3g	271mg	275mg	165mg	10mg	0.7mg	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

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加



クックチル

# 煮魚用調味液

みそ煮用

使用レシピ

		1/1 ホテルパン1枚分	約20人前	
		材料名	数量(g)	備考
<p>★鮭のみそ煮★ たっぷりねぎと鮭が良くあうおいしいみそ煮です。</p> 		鮭	1600	20切
		長ねぎ	300	3本
		煮魚用調味液(みそ煮用)	640	約530cc
		水	160	
		<p>【希釈の比率 (g)】 調味液 : 水 = 4 : 1</p>		
作り方		使用機器	設定	
下準備	① 長ねぎは斜めに薄切りにする。煮魚用調味液は水で希釈する。			
	② ホテルパンに希釈した煮魚用調味液を薄く敷き、鮭の皮を上にして重ならないように並べ、①の長ねぎを加える。			
加熱	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、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。			
	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。	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	
冷却・保管	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鮭の表面にかける。			
最終加熱	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℃	
	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	コンビ : 160℃ : 蒸気 100% 10分	
提供	⑧ 鮭を器に盛り、長ねぎを添え、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
鮭	133kcal	14.2g	3.1g	9.4g	437mg	290mg	172mg	13mg	0.4mg	1.1g

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

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加



クックチル

# 煮魚用調味液

みそ煮用

使用レシピ

★豚肉のみそ焼き★ 香ばしい味噌の風味と柔らかでジューシーな豚肉のみそ焼きです。		1/1 ホテルパン1枚分	約10人前	仕上がり約470g
		材料名	数量(g)	備考
		豚ロース肉	600	10切
		煮魚用調味液(みそ煮用)	100	約80cc
		水	20	
		<b>【希釈の比率 (g)】</b> 調味液 : 水 = 5 : 1		
作り方		使用機器	設定	
下準備	① 煮魚用調味液は水で希釈する。		②	
	② バットに豚肉と希釈した煮魚用調味液を入れ、よくなじませ、30分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。 ※ 1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。			
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、豚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	③	
	④ スチームコンベクションオーブンで加熱する。			
冷却・保管	⑤ 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		コンビ : 130℃ : 蒸気 30% 7~9分(芯温75℃, 1分以上)
提供	⑦ 豚肉を器に盛り、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
豚肉	271kcal	15.7g	19.1g	5.2g	269mg	285mg	150mg	5mg	0.3mg	1.1g

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

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



みそ煮用

クックチル

使用レシピ

★豚肉とキャベツのみそ炒め★ 野菜のシャキシャキ感を残し、ピリっとくる辛さがさらに食欲をそそります。		1/1 ホテルパン1枚分	約20人前	仕上がり約2500g
		材料名	数量(g)	備考
	キャベツ	750		
	豚ロース肉	600		
	長ねぎ	350	3.5本	
	ピーマン	250	8個	
	生しいたけ	250	12~13個	
	にんにく	20		
	油	35		
	煮魚用調味液(みそ煮用)	440	約370cc	
	水	110		
	豆板醤	20		
【希釈の比率(g)】				
調味液：水=4：1				
作り方		使用機器	設定	
下準備	① キャベツは4cm角に切る。豚肉は一口大に切る。長ねぎは斜めにぶつ切りにする。ピーマンは4つ割にし、斜めに切る。生しいたけは石づきを切り落とし、1cm幅に切る。にんにくは薄切りにする。煮魚用調味液は水で希釈する。		②	
	② ホテルパンに野菜を入れ、油を上からかけ全体を軽く混ぜたら、上から肉を重ねるように並べる。			
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	コンビ：200℃：蒸気30% 5分	
冷却・保管	④ 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	⑤ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。別の容器で、煮魚用調味液に水、豆板醤を加え混ぜ、蓋をして一緒に加熱する。※鍋でひと煮立ちさせても良い。	スチコン	コンビ：130℃：蒸気30% 7~9分(芯温75℃,1分以上) 調味液…5分	
提供	⑥ 加熱後、ホテルパンの中に調味液を入れ、混ぜ合わせる。		⑥	
	⑦ 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
豚肉	113kcal	5.4g	5.7g	9.0g	325mg	218mg	68mg	20mg	0.3mg	0.8g

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

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加



クックチル

# 煮魚用調味液

みそ煮用

使用レシピ

★里芋とこんにゃくのみそ煮★ 里芋とこんにゃくのおいしいみそ煮です。		1/1 ホテルパン1枚分	約30人前	仕上がり約2900g
		材料名	数量(g)	備考
		冷凍里芋	1500	20~30g/個
		こんにゃく	900	3枚
		いんげん	60	
		煮魚用調味液(みそ煮用)	400	約330cc
		水	100	
		【希釈の比率(g)】 調味液：水=4：1		
作り方		使用機器	設定	
下準備	①	スチコン	スチーム：100℃：蒸気100% こんにゃく…3分	
	②		① 	
	③		③ 	
加熱	④	スチコン	コンビ：130℃：蒸気100% 30分	
	⑤			
冷却・保管	⑥	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	スチコン	コンビ：160℃：蒸気100% 10分(里芋：芯温90℃以上)	
提供	⑥		⑦ 	

※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
里芋	66kcal	1.6g	0.3g	13.8g	234mg	213mg	38mg	26mg	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

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



みそ煮用

クックチル

使用レシピ

		1/1 ホテルパン1枚分	約30人前	
		材料名	数量(g)	備考
<p>★きんぴらごぼう みそ風味★ だしの風味豊かなみそ風味のきんぴらごぼうです。</p> 	ごぼう	1200	中6本	
	人参	450	中3本	
	ごま油	36	大さじ3	
	刻み赤唐辛子(乾燥)	適量		
	煮魚用調味液(青魚用)	450	約380cc	
	水	110		
		<p>【希釈の比率(g)】 調味液：水=4：1</p>		
作り方		使用機器	設定	
下準備	①	スチコン	スチーム：100℃：蒸気100% 10分	
	②			
	③			
加熱	④	スチコン	コンビ：130℃：蒸気100% 20分	
	⑤			
冷却・保管	⑥	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	スチコン	コンビ：160℃：蒸気100% 10分	
提供	⑧		⑦ 	

※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	97kcal	1.8g	2.0g	17.2g	355mg	263mg	50mg	33mg	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

新調理システム対応

うま味調味料・着色料無添加



クックチル

# 煮魚用調味液

みそ煮用

使用レシピ

## ★根菜のみそ煮★

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



1/1 ホテルパン1枚分	約30人前	仕上がり約3500g
材料名	数量(g)	備考
ごぼう	300	冷凍野菜ミックス 2000g
人参	350	
たけのこ	300	
さといも	600	
しいたけ	150	
れんこん	300	}
鶏肉	350	
油	15	約570cc
煮魚用調味液(みそ煮用)	680	
水	680	
絹さや	50	
【希釈の比率(g)】 調味液：水=1：1		

作り方	使用機器	設定
<p><b>下準備</b></p> <p>① 鶏肉は、食べやすい大きさに切り、油で炒めておく。 絹さやは茹で、斜めに切る。 煮魚用調味液は水で希釈する。</p> <p>② ホテルパンに冷凍野菜ミックス、①の鶏肉を重ねないように並べる。</p> <p>③ 希釈した煮魚用調味液の3/4量を②にかけ、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、軽く抑えるようにしてなじませる。</p>		
<p><b>加熱</b></p> <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煮物の表面にかける。</p>	スチコン	コンビ：130℃：蒸気100% 30分
<p><b>冷却・保管</b></p> <p>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。</p>	ブラスト 冷蔵庫	急速冷却：芯温3℃以下 庫内温度0～3℃
<p><b>最終加熱</b></p> <p>⑦ スチームコンベクションオーブンで最終加熱する。</p>	スチコン	コンビ：160℃：蒸気100% 10分(里芋：芯温90℃以上)
<p><b>提供</b></p> <p>⑧ 器に盛り、絹さやを添え、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
根菜	86kcal	3.1g	1.8g	13.4g	352mg	219mg	55mg	15mg	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