献立名

## 魚のとうふクリーム焼き

コード

	_		
食 品 名	使用量 (g)	可食量 (g)	下 処 理 及 び 作 り 方
(鮭(切り身)	50	50	<下処理>
食塩	0.1	0.1	   鮭 流水で洗い、食塩、こしょうをする
こしょう	0.01	0.01	コーン, ホール(缶詰)
コーン, ホール(缶詰)	7	7	缶を消毒し、汁をきる
しめじ	8	7.2	しめじ 石づきをとり、小房に分ける
パセリ	0.1	0.1	絹ごし豆腐 すりつぶす
植物油	1	1.0	パセリ みじん切り
絹ごし豆腐	10	10	
A 米みそ	1.5	1.5	
かたくり粉	1	1	<作り方>
			(1) 鮭をオーブンで素焼きする。
			(2) 植物油でしめじを炒め、冷ましておく。
			(3) A を合わせクリーム状にし、コーン、パセリ、(2) を混ぜあわせる。
			(4) 鮭の上に(3)のクリームをのせ、オーブンで焼く。 (180°Cで12~15分)
			※ A は、フードプロセッサーにかけてもよい。
			※ 1人ずつアルミカップに入れて焼いてもよい。
			※ 2013(平成25)年度 新献立