

商品 コード	商品名やわらかキャベツのハンバーグ	中分類	和食
-----------	-------------------	-----	----

盛
付
例



備考

・すぐに火が通るので焼きすぎに注意する。
・盛付はハンバーグの上にいんげんを色よく散らすようにする。

作業手順

STEP 1

キャベツはみじん切りして、片栗粉を加えてよく混ぜ合わせ、Aを加え、全体に粘りが出るまで混ぜる。
いんげんはさっと塩ゆでして半分に切る。

STEP 2

12等分して丸め、真中にくぼみをつける。

STEP 3

フライパンにごま油を熱し、ハンバーグを並べて両面をこんがり焼き、調味料Bを加え、煮詰め、いんげんと残りのしょうゆを加えて煮からめる。

100g単価	円
100g原価	円
1パック分量	g
値入率	%
トレー	
トレー風袋	g
トレー原価	円

材料名(4人分)	単価	数量	原価
合挽き肉		250g	
キャベツ		180g	
いんげん		12本	
卵		1個	
片栗粉	A	27g(大3)	
パン粉		25g	
しょうゆ		18g(大1)	
酒	B	1C	
砂糖		9g(大1)	
しょうゆ		36g(大2)	
塩		適宜	
ごま油		適宜	