

コンビーフハッシュ丼

アメリカや沖縄でよく食べられるコンビーフ
今回はアメリカで流行っているピリ辛シラチャーソースをかけ
アメリカンフードをイメージしました

本社から来る材料	1 人分	用意・発注する材料	1 人分
【炊飯版】			
もち麦	10g	精白米	100g
【混ぜ込み版】			100g×
		水	いつもの水分量+20g
もち麦	10g	ごはん	200g
コンビーフハッシュ	25g		
ダイスカットじゃがいも	135g		
下味用たれ	8.2g		
アボカドダイスカット	50g		
シラチャーソース	21.5g		
自家製マヨソース	14.3g		
温泉玉子	1 個	パセリ粉	

<作り方> 【もち麦ごはんを作る】

『炊飯の場合』 ※炊き込み版は、総重量に注意してください。

- (1)お米を計量・洗米し、水(通常より+20g)を加え、もち麦をのせ浸漬する
- (2)浸漬後、炊飯し、蒸らした後混ぜ合わせておく

『混ぜ込みの場合』

- (1)たっぷりのお湯を沸かし、もち麦を柔らかくなるまで 20 分程度茹で、水気を切っておく
- (2)温かいごはんに、茹でたもち麦を加え混ぜ合わせておく

【具材の準備】

- ③ダイスカットじゃがいもは、素揚げしておく
- ④鍋に油をしき、コンビーフハッシュを・③じゃがいもを加え炒め、
下味用たれを加えて混ぜ合わせておく

- ⑤アボカドダイスカットは、自然解凍しておく

<盛り付け・提供方法>

- ⑥やや深さのある平皿にもち麦ごはんを盛りつける
- ⑦温かいコンビーフハッシュいため・アボカドを
全体にのせる
- ⑧シラチャーソース・マヨソースの順でかけ
中央に温玉・パセリ粉をかけ提供する

