

商品名	カクテルペッパーみそ炒め				価格	780	原価計	282.41	原価率	36.21%
材料名	使用量	原価	歩留(%)	1g又は1mlの原価	仕入れ値	仕入れ容量	メーカー	備考		
豚バラ肉スライス	100 g	128	100.00%	1.28	128	100 g		カナダ産		
スイートカクテルペッパー	60 g	81.82	88.00%	1.36	1200	1000 g				
玉ねぎ	50 g	22.12	88.13%	0.44	276	708 g				
タレ	50 g	21.00	100.00%	0.42						
ピーマン	30 g	17.65	70.83%	0.59	100	240 g				
長ねぎ	10 g	4.11	69.23%	0.41	185	650 g		青い部分、根は廃棄計算		
ごま油	3 g	2.58	100.00%	0.86	1420	1650 g				
アジシオこしょう	1.5 g	2.03	100.00%	1.35	250	185 g				
万能ねぎ	1 g	1.16	87.23%	1.16	95	94 g				
いりごま(白)	0.5 g	0.25	100.00%	0.5	500	1000 g				
輪切り唐辛子	0.5 g	1.70	100.00%	3.40	340	100 g				
タレ	100 g	41.50	100.00%	0.42						
水	60 g	0	100.00%	0	0					
担々麺スープ	30 g	34.09	100.00%	1.14	1250	1100 g	日本食研			
濃口醤油	5 g	1.39	100.00%	0.28	5985	21600 g	ヒゲタ	18ℓ=21.6kg		
ごま油	7 g	6.02	100.00%	0.86	1420	1650 g				
調理手順	提供時間	10分	担当ポジション	焼場	器	白・正方形・深皿				
仕込み	1	バラスライス7.8センチ幅にカットする。								
	2	ピーマン、カクテルペッパーは種を除き、なるべく二等辺三角形のような形にカットする。玉ねぎは皮、芯を取り除きくし形にカットする。								
	3	長ねぎは白髪ねぎに、万能ねぎは小口切りにする。								
	4	タレは分量通り混ぜ合わせる。								
	5									
提供調理	1	油を使わず、バラスライスの中火から炒めて、バラ肉の脂を出すように炒める。								
	2	肉に火が通ったら、玉ねぎを加えて炒める、ピーマン、カクテルペッパーはさっと油通ししておく。(フライヤーがなければ炒める)								
	3	全体的に火が通ったらタレを加え、味をなじませるように炒めて、盛り付ける。仕上げに白髪ねぎ、万能ねぎ、輪切り唐辛子、ごまを飾り、化粧油でごま油を垂らす。								
ポイント	油を極力使わないことで、サッパリ感、野菜のシャキシャキ感を活かす。									
	タレが担々麺ベースなので、仕上げにごま油をかけることでごまの香りを引き立たせる。									
	タレは入れる直前に再度よくかき混ぜてから加える。									
	炒めすぎない、油っぽくならないようにする、ピーマンの緑、カクテルペッパーの色を出せるように意識して盛り付ける。									
運ぶときに崩れないように気を付けつつ小高く盛り付ける。										

商品名	カクテルペッパーみそ炒め	価格	780	税込み価格	819
キャプション				量	1人前
				取り皿	小さめの取皿
				提供時間	10分
				担当ポジション	
				焼場	
				味のポイント	
				じわっと来る辛み	
				シャキシャキの野菜	
				添えるもの	
				無し	
				使用食材	
豚バラ肉スライス	0				
スイートカクテルペッパー	タレ				
玉ねぎ	水				
タレ	担々麺スープ				
ピーマン	濃口醤油				
長ねぎ	ごま油				
ごま油					
アジシオこしょう					
万能ねぎ					
いりごま(白)					
輪切り唐辛子					
盛り付けポイント	小高く盛り付けできるように意識する。				
ピーマン、カクテルペッパーの色合いを意識すると尚よい。					