

栄養管理科だより (No.21)

「スチームコンベクションオーブンの秘密」

スチームコンベクションオーブン（略称：スチコン）は、大量調理を行う現場で利用される調理機器です。当院でもスチコンが毎日活躍しています。スチコンはオーブンの一種で、温風と水蒸気を用いて調理を行います。焼く、蒸すだけでなく、煮る、炒める、炊くといった調理も可能であり、万能な調理機器であるといえます。



肉料理も魚料理も一度に100人分程度作ることができます。

スチコンでは一度に複数の料理を調理することができます。材料や形態が異なるもの、アレルギー食品を除去したものも同時に調理することができます。コンロを複数使わなくてよいことがメリットです。コンロで加熱している場合、煮汁が蒸発して味が辛くなるがありますが、スチコンだとその心配はなく、味を均一につけることができます。煮崩れも防ぐことができます。また、加熱時間を設定できるので調理中もその場を離れ、別の作業をすることができます。



南瓜と里芋の煮物：下茹でした鶏肉を加えて加熱しています。



茄子の炒め物：炒め物はスチコンで作ることが多いです。量が多くても調理しやすいです。