

和食給食の強い味方・スチコン

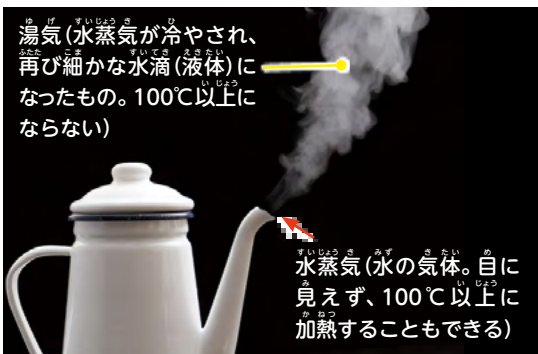
企画協力・写真提供: NITCHO 日本調理機株式会社

スチコン (スチームコンベクションオーブン)

スチコンで魚を焼く

みなさんは理科で水の変化について学習しますね。水は常温では液体、0℃以下では氷となつて固体、そして沸点の100℃を超えると気体になります。この水の気体「水蒸気」などを使って給食を作ってくれるのがスチコンです。調理の幅を広げ、和食給食の強い味方になっています。

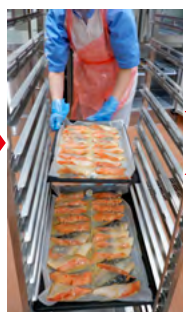
スチコンのしくみ～水蒸気と湯気～



スチコンは水の「状態変化」を利用した調理器具です。熱風と、100℃以上にはならない湯気(蒸気)の両方が使え、これまで給食では難しかった「焼く」や「蒸す」といった調理がしやすくなりました。



①みそなどで下味をつけたさけの切り身を並べます。



②カートに天板を差し入れて運びます。



③スチコンにセット!



④温度セット。今日は蒸気と熱風のコンビモードで190℃



⑤さけがじゅうじゅう焼けてきましたよ。おいそう!



⑥中までしっかり焼けたかどうか、温度計を刺して確認します。

⑦焼き色もおいしそうにっています!



⑦熱々を取り出します。



かんせい 完成!



麦ご飯、さけの西京焼き、ごま酢あえ、けんちん汁、牛乳

スチコンが広げる調理の幅

蒸す (中華めん)



蒸し焼き (卵焼き)



焼く (パン・菓子)



※熱風と水蒸気で「焼く」こともできます。



スチコンが入る前までは、大人数の食事を朝からの短い時間で作らなければならぬ学校給食では、大きな回転釜などを使った煮物や揚げ物、炒め物といった料理が中心でした。スチコンのおかげで、今は「焼き物」や「蒸し物」といった、和食の献立もたくさん給食に登場できるようになりました。



蒸気と熱風を使い分けて調理するんだね!

