

【食品系列】サバを使ったマーボー豆腐を作りました

食品系列3年生の「総合実習」でサバを使ったマーボー豆腐を作り缶詰にしました。原材料のサバを捌くところから、マーボー豆腐の作成、最後に缶詰に充填し脱気・密封して殺菌しました。

缶詰は長期保存ができる食品で、細菌が増殖しない工夫がたくさんされています。実際に作ることで缶詰の作り方の基本を学びました。作り方を紹介します。

1. 原料処理



サバを3枚下ろしにした後、ミンチにします。ミンチを絞って余分なドリップを除きます。

2. 調理



使用する調味料を量り取っておきます。
豆板醤が入っているので炒めるとき少し目が痛いです。

3. 充填・巻締



空の缶にマーボー豆腐を入れ巻締めます。

4. 滅菌



缶詰を滅菌して完成です。

