

給食部門の取り組み① ～真空調理・クックチル～

☆真空調理とは

食材を専用のフィルムに入れ、食材中の空気を抜き、抜いた場所に調味液をしみ込ませる調理法です。下記のメリットのように「やわらかく」「しっとり」仕上がる特徴があります。

☆真空調理のメリット

- ①食材の熱伝導を良くする。
- ②酸化による変色を防ぐ。
- ③細菌の繁殖を抑制し、浮遊菌・落下菌から隔離。
- ④素材の本来持つ風味を閉じ込め、外に逃がさない。
- ⑤水分の発散を防ぎ、乾燥させない。
- ⑥調味料などを一瞬で吸収し、均一にしみ込ませる。
- ⑦調味料の使用量が少ない。

リンゴのコンポート



真空調理に適した料理には、他にさつまいもの煮しめ、鶏ムネ肉の照り焼き等があります。

☆クックチルとは

加熱終了後 30 分以内に冷却を開始し、90 分以内に 3℃以下まで芯温を下げることで、チルド状態で 5 日間保存することができる調理法です。

☆クックチルのメリット

- ①計画生産をすることにより、効率的に労務管理ができます。計画生産とは、「ゆとりのある時間帯に調理等を行い、忙しい時間帯に提供だけを行います。そうすることで、業務の平準化を図ることができます。
 - ②複数施設に食事を提供する場合は、セントラルキッチン(1ヶ所)とサテライトキッチンに分け、同一献立にします。セントラルキッチンで全施設分の仕込み・調理を行い、適切な温度管理のもとサテライトキッチンに運びます。こうすることで、サテライトキッチンは仕込みや調理を行わなくてもよく、職員は別の業務にあたることができ、人件費の削減につながります。
- また、セントラルキッチンで食形態を分けておくことで、サテライトキッチンでは再加熱・盛り付けをしてすぐに提供することが可能になりました。