

宮源商品を使って
美味しい食事のご紹介

2014.Vol.1
8.9月号

編集発行/みやげん通信編集室
みやげんぶろぐ/ <http://wakayama.miyagen.shop-pro.jp/>

ミキサーゲルを使用して、
嚥下食の冷やし中華を
作ってみましょう

冷やし中華
はじめました



■材料

- ・市販の冷やし中華
- ・きゅうり・ハム・玉子焼き
- ・ミキサーゲル 各 0.7%~1.0%
- ・トローミファイバー 適量
- ・宮源の酵素タブレット



①各素材毎にミキシングし、ミキサーゲルを適量加えミキシングレバットに流す。



②タレにトロミを付ける



③麺に宮源の酵素タブレットを加えミキシング



④ ③へミキサーゲルを適量加えミキシング



⑤ ④を絞り袋へ入れ、水を張ったザルの中へ絞り出し、崩さないようにお皿へ移す。



⑥ ①を切り分け⑤へ盛り付けて、タレをかけて完成



関西風お好み焼き



材料

- ・冷凍お好み焼き…100g
- ・お湯…100cc
- ・だしの素…少量
- ・紅ショウガ…適量
- ・お好み焼きソース…適量
- ・マヨネーズ…適量
- ・粉かつお節…適量
- ・青のり…適量
- ・宮源の酵素タブレット…1粒(2g)
- ・ミキサーゲル…2.0g(全体量の1.0%)



作り方

- 1). 宮源の酵素タブレット・お湯・だしの素・紅ショウガ・冷凍お好み焼きをミキサーに入れ、1分程度、ミキシング
- 2). 1にミキサーゲルを入れ、30秒～1分程度ミキシング
- 3). 2をバットや容器に入れ、冷やし固める
- 4). 固まったら、カットしお皿に盛り付ける
- 5). お好みで、お好み焼きソース・マヨネーズ・粉かつお節・青のりをトッピングし、出来上がり

○資料提供/南海福祉事業会 特別養護老人ホームフィオーレ南海 管理栄養士 岩本 恵美先生

栄養士会や施設・病院様での勉強会も承っております

「ミキサーゲル」を使用した、短時間でのスタッフ様向けのえんげ食の調理実習も行っておりますので、お気軽にお申込みください！



EDIT

次回の発行は10月ごろを予定しています

「みやげん通信」では画像やレシピを募集しております。採用させて頂いた際は記念品を贈呈させていただきますので奮ってご応募ください！

