

年明け紅白カうどん!



■材料/うどん

- ・宮源のお粥・・・40g
- ・お湯(70℃以上)・・・280ml
- ・かけつゆ・・・150ml
- ・ネギ・・・適量

■材料/紅白餅

- ・宮源のお粥・・・20g×2回分
- ・お湯(70℃以上)・・・100ml×2回分
- ・食紅・・・適量

■作り方/うどん

- 1) ボールに「宮源のお粥」とお湯を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- 2) 1をバットに薄く流し、冷やし固める。
- 3) 冷やし固まったら半分に折り、お好みの太さや長さにカット。
- 4) 3を器に盛り付け、つゆをかけてネギをのせる。

■作り方/紅白餅

- 1) ボールに「宮源のお粥」とお湯を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- 2) 1をバット等に流し、冷倉庫で冷やし固める。
- 3) お湯に食紅を入れ、同様に作る。
- 4) 固まったらカットし、めんの上に盛り付ける。



お湯を加えて
まぜるだけで
お粥ゼリーが
すぐに作れます

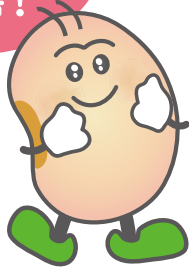
レシピ・作り方動画配信中!

 **YouTube**
宮源チャンネル
登録してご覧ください



「年明け紅白カうどん」の詳しいレシピを
YouTube宮源チャンネルにて配信中!

ペースト食
にプラスして
食べ易さを
改善!



豆乳ゼリーの素

宮源のソイムース

新商品

大豆たんぱくが強化されているので
食べやすくおいしく
栄養を摂ることが出来ます



たんぱく強化ソフトお雑煮

■材料

- ・かつお出汁・・・200cc
- ・白みそ・・・35g(調整してください)
- ・宮源のソイムース・・・20g
- ・具材各種・・・50g(人参・ほうれん草など)
- ・お湯・・・50cc
- ・ミキサーゲル・・・1.0g (全体量の1.0%)
- ・宮源のお粥・・・20g
- ・70℃以上のお湯・・・100cc

■作り方

- 1) お雑煮の汁に「宮源のソイムース」を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- 2) 具材各種とお湯を入れ、攪拌する。
- 3) 2に「ミキサーゲル」を入れ、30秒～1分程度攪拌する。
- 4) 3をバットや容器に流し込み、冷やし固める。
- 5) お湯に「宮源のお粥」を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- 6) 5をバットや容器に流し込み、冷やし固める。
- 7) 1に冷やし固めた具材をカットし、盛り付けて出来上がり。



大阪編

通信アプリZoomを使った介護食調理実習会開催中!

ミキサーだけでゼリー状に出来る『ミキサーゲル』を使用してのweb実演・実習会を行っております。お気軽にご参加ください。詳細は、『ホームページ』『宮源チャンネル』にて掲載中。

次回発行は2月頃を予定しています

「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!

