

みやげん通信

宮源商品を使って
美味しい食事のご紹介

Vol.23
冬号

編集発行／みやげん通信編集室

みやげんぶろぐ／<http://miyagen.jugem.jp/>

介護食のご提案



今年のクリスマスは オムライスに決まり



●材料(シート)

・炒り卵…50g ・お湯…50cc ・ミキサーゲル…0.8g
(全体量の0.8%)

●材料(具)

・70℃以上のお湯…350cc ・宮源のお粥…50g
・ケチャップ…30g ・コンソメ…10g
・バター…適量(お好みで)



- お湯を入れて手で混ぜるだけの簡単お粥ゼリーの素!
- アレンジ色々でお餅・お団子の代わりとして!



- 熱を加えずにミキサーや泡だて器で混ぜるだけ
- 飲み込みやすいムース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



お正月
レシピ

- 材料(栗)
- ・甘栗…100g
- ・お湯…100cc
- ・ミキサーゲル…1.5g

(全体量の約0.8%)

- 材料(団子)
- ・70℃以上のお湯…210cc
- ・宮源のお粥…30g

- 材料(汁)
 - ・こしあん…100g
 - ・お湯…100cc
 - ・ミキサーゲル…0.5g
- (全体量の約0.3%)



関東
(角餅)



汁粉=粒あんやこしあんで作ったもの
田舎汁粉=粒あんで作ったもの
御前汁粉=こしあんで作ったもの
善哉=ほとんど汁気のない練りあんを餅や栗などにかけてしたもの

関西
(丸餅)



善哉=粒あんで作ったもの
汁粉=こしあんの善哉

栗のおしるこ

●作り方

- 1) 甘栗とお湯をミキサーに入れ、攪拌する。
- 2) 1に「ミキサーゲル」を入れ、30秒～1分程度攪拌する。
- 3) 2をバットや容器に流し込み、冷やし固める。
- 4) 70℃以上のお湯に「宮源のお粥」を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- 5) 4をバットや容器に流し込み、冷やし固める。
- 6) こしあんとお湯をミキサーに入れ、攪拌する。
- 7) 6に「ミキサーゲル」を入れ、30秒～1分程度攪拌する。
- 8) 7をお椀に流し込み40℃程度まで冷ました後、冷やし固めた材料をカットして上に乗せれば出来上がり。

宮源Webセミナー 無料

通信アプリZoomを使用しでのWeb調理実習会

見学だけの
参加も可能です



お問い合わせ内容欄に『Webセミナー申し込み』と記載の上、お名前他入力してください。後日こちらからご連絡いたします。

毎月第3木曜日に開催中

お申し込みの詳細は
右記QRコードから



次回みやげん通信の発行は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。