



おはぎ

宮源のお粥を使った 美味しいおはぎのご紹介

材 料

・こしあん…………… 100 g
・お湯…………… 140cc
・砂糖…………… 10 g
・食塩…………… ひとつまみ
・宮源のお粥…………… 20 g

・きなこ…………… 20 g
・お湯…………… 180cc
・砂糖…………… 10 g
・食塩…………… ひとつまみ
・宮源のお粥…………… 20 g

作り方

- 1) お湯以外の材料を、全て耐熱ボウルに入れる。
- 2) 1)にお湯を加え、1分程度かき混ぜる。
- 3) かき混ぜたら型に流して常温放置。人肌程度で固まります。

冷蔵庫で冷やしてもOKです。



20 g × 15 包入

2 kg

ソフト おはぎ



ミキサーゲルを使った
美味しいおはぎをご紹介します

材 料

- ・こしあん……………100g
- ・全粥……………150g
- ・砂糖……………10g
- ・食塩……………ひとつまみ
- ・ミキサーゲル……………4g(約1.5%)
- ・きなこ……………20g
- ・全粥……………200g
- ・砂糖……………10g
- ・食塩……………ひとつまみ
- ・ミキサーゲル……………3.5g(約1.5%)

作り方

- 1) 熱々全粥を使用する。
- 2) ミキサーゲル以外の材料を、全て耐熱ボウルに入れる。
- 3) 2)にミキサーゲルを加え、1分程度かき混ぜる。
- 4) 3分ほど置き、再度30秒程度かき混ぜる。
- 5) かき混ぜたら型に流して常温放置。人肌程度で固まります。

冷蔵庫で冷やしてもOKです。

熱を加えずに
まぜるだけで
ムースゼリー
がすぐに
作れます！



3gX50本

YouTube 宮源チャンネル

YouTubeの宮源チャンネルでは、定期的に
いろいろな動画を配信しています



- 色々な宮源商品のご紹介
- 独自の嚥下調整食レシピのご紹介
- 無料オンラインセミナー開催のお知らせ
- その他、新商品のご紹介等配信中です！



チャンネル
登録と視聴を
よろしくお願いします

次回みやげん通信の発行は1～2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。