

みやげん通信

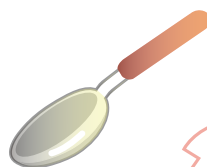
宮源商品を使って
美味しい食事のご紹介

編集発行／みやげん通信編集室

みやげんぶろぐ／<http://miyagen.jugem.jp/>

Vol.8
春号

介護食のご提案



ひな祭りに作りたい
美味しい行事食レシピ！



ソフトちらし寿司



ミキサーゲル使用

●材料（1人分）

- ・全粥…200g ・すしのこ…10g
- ・ミキサーゲル…2.0g（全粥に対し1.0%）
- ・具材各種…20g
（寿司エビ・絹さや・椎茸・玉子・甘酢しょうが等）
- ・お湯…20cc
- ・ミキサーゲル…0.4g（全体量の1.0%）
- ・いくら…適量
- ・金箔…適量

■作り方

- 1) 炊き上がった全粥にすしのこを入れ、味を整える。
- 2) 1に「ミキサーゲル」を加え、よく混ぜる。
- 3) 2を容器などに入れ、置いておく。
- 4) 具材各種とお湯をミキサーに入れ、攪拌する。
- 5) 4に「ミキサーゲル」を加え、30秒程度攪拌する。
- 6) 5をバットや容器などに入れ、固める。
- 7) 6をカットし、3の上に盛り付けて出来上がり。

菱餅



●材料

- ・宮源のお粥…20g ・70℃以上のお湯…120cc ・砂糖…10g
- ・赤菱餅／食紅ごく少量
- ・緑菱餅／抹茶パウダー 小さじ1/2（調整してください）



宮源のお粥使用

1) 赤菱餅の作り方

- ① 70℃以上のお湯に砂糖と食紅を入れ、かき混ぜる。
- ② 1に「宮源のお粥」を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- ③ 2をバットや容器などに流し込む。

- 4) 冷やし固め、菱形に切り分けて出来上がり。

2) 白菱餅の作り方

- ① 70℃以上のお湯に砂糖と「宮源のお粥」を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- ② 1を赤菱餅の上に流し込む。

3) 緑菱餅の作り方

- ① 70℃以上のお湯に砂糖と抹茶パウダーを入れかき混ぜる。
- ② 1に「宮源のお粥」を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- ③ 2を白菱餅の上に流し込む。

行楽シーズンにぴったりのメニュー

●材料(約4人分)

- ・食パン…120g
- ・お湯…480cc・塩…少々
- ・オリーブオイル…15cc
(大さじ1杯)
- ・宮源の酵素タブレット
…2粒(4g)
- ・ミキサーゲル…3.6g
- ・具材各種…50g
(ゆで卵・ハム・いちご等)
- ・お湯…50cc
- ・マヨネーズ…20g
(いちご除く)
- ・ミキサーゲル…0.6g



ソフトサンドイッチ

- 4) 3の半量をバットや容器に流し込む。
- 5) 具材各種とお湯とマヨネーズをミキサーに入れ、攪拌する。
- 6) 5に「ミキサーゲル」を入れ、30秒～1分程度攪拌する。
- 7) 6を4の上に流し込む。
- 8) 残りのパン粥ゼリーを電子レンジで加熱して、サラサラの状態にした後、7の上に流し込んで三層にし、冷やし固める。
- 9) 固まったらカットし、盛り付けて出来上がり。



宮源の酵素
タブレット使用

■作り方

- 1) 食パンは耳を切ってサイコロ状にカットし、鍋にお湯・塩・オリーブオイルと一緒にに入れて加熱する。
- 2) 1と「宮源の酵素タブレット」をミキサーに入れ、1分程度攪拌する。
- 3) 2に「ミキサーゲル」を入れ、30秒～1分程度攪拌する。

●材料(約3人分)

- ・70℃以上のお湯…240cc
- ・砂糖…20g
- ・宮源のお粥…40g
- ・こしあん…70g
- ・柏の葉

かしわ餅

■作り方

- 1) 70℃以上のお湯に砂糖と「宮源のお粥」を入れ、30秒程度かき混ぜる。
- 2) 1をラップの上かバット等に流し、丸形に整える。
- 3) 2の上にこしあんを載せる。
- 4) 固まったら、半分に折り、柏の葉の上に乗せる。
- 5) 柏の葉で包み込み、出来上がり。

5月の
定番おやつ



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5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！