

2016年最優秀グランプリレシピ 『HAPPY NEW 雑煮』(10人分)

病院や施設ではお餅を提供することは、安全の面から不可能でした。お正月に「お餅が食べたい」という高齢者の思いを汲み取り、NST(摂食嚥下チーム)と試行錯誤しながら、現在のレシピを作りました。

当院では食事を食べられる方みなさんに提供しています。嚥下レベルに応じ、大きさを変えるなどの工夫をしています。



【A…もち】

材料:上新粉 … 50g、白玉粉 … 10g、砂糖 … 10g、絹ごし豆腐 … 125g、水 … 15g、塩 … 0.2g

- ① Aの材料を全て混ぜ合わせ、フードプロセッサーに入れてなめらかになるまで混ぜ合わせる。
- ② ①の材料を絞り出し袋に入れ、クッキングシートを敷いたホテルパンに絞り出す。(嚥下レベルに合わせて大きさを変える)
- ③ スチームコンベクションオーブンのスチームモード100℃で15分加熱する。

【B…かぶゼリー】

材料:かぶ … 150g、水 … 75g、即溶性寒天 … 3.3g

【C…人参ゼリー】

材料:人参 … 100g、水 … 100g、即溶性寒天 … 3g

- ① かぶと人参をスチームコンベクションオーブンのスチームモード100℃で20分軟らかくなるまで加熱する。
- ② 鍋にBとCそれぞれの即溶性寒天と用意した水の分量を入れ、煮溶かす。
- ③ BとCそれぞれの残りの水と①の野菜をミキサーにかける。
- ④ ③をそれぞれ②の鍋に入れて、加熱しながら攪拌して寒天となじませる。
- ⑤ かぶゼリーはプリンカップに、人参ゼリーはバットに流し入れてブラストチラーで冷やし固める。

【D…かまぼこ(白)】

材料:白身魚 … 150g、長芋 … 90g、卵白 … 40g、砂糖 … 5g、みりん … 5g、塩 … 1.8g

【E…かまぼこ(赤)】

材料:えび … 100g、長芋 … 50g、卵白 … 40g、上新粉 … 2g、砂糖 … 7.5g、みりん … 3g、塩 … 1.4g、食紅 … 少々

- ① DとEの長芋をすりおろす。
- ② フードプロセッサーにDの材料を全て入れて、なめらかにする。
- ③ フードプロセッサーにEの材料を全て入れて、なめらかにする。

- ④ ラップに③を薄くのばし、その上に棒状にした②をのせ、くるっとまとめる。
- ⑤ ④をスチームコンベクションオーブンのスチームモード100℃で15分加熱し、ブラストチラーで冷やす。

【F 鶏肉】

材料: 鶏肉 … 100g、塩 … 1.3g、乾燥マッシュポテト … 5g 湯 … 35g、玉ねぎ … 55g
りんご … 20g、砂糖 … 2g、上新粉 … 2g、オリーブオイル … 10g、

- ① 鶏肉用の乾燥マッシュポテトと湯を混ぜる。
- ② 玉ねぎをスチームコンベクションオーブンのスチームモード100℃で20分加熱する。
- ③ フードプロセッサーに鶏肉と塩を入れ混ぜ合わせる。
- ④ ③に②と①とりんご、砂糖、上新粉、オリーブオイルを入れさらにフードプロセッサーで混ぜ合わせる。
- ⑤ ④を絞り出し袋に入れてクッキングシートを敷いたホテルパンにひと口大に絞り出す。
- ⑥ スチームコンベクションオーブンのスチームモード100℃で10分加熱する。

【G…すまし汁】

材料: 昆布 … 1切、水 … 1.5L、塩 … 7g、醤油 … 15g、とろみ粉 … 適量

- ① Bの昆布でだしをとる。
- ② 塩・醤油で味付けしすまし汁を作った後、とろみ粉でとろみをつける。

【盛り付け】

- ① お椀にカットしたかぶと人参のゼリー、かまぼこ、鶏肉、おもちを入れすまし汁を注ぎ盛り付ける。
- ②

今回使用の即溶性寒天

伊那食品工業 イナシヨク 介護食用即溶性寒天

伊那食品工業 かんてんぱぱ

<http://www.kantenpp.co.jp/kaigo/index.html>

