

なめらか食の作り方（詳細）

1. やきざかな

材 料

鮭 40g、だし汁 20CC（鮭重量の50%）、ソフティアG 0.48g（鮭重量の1.2%）
醤油 5CC、みりん 2CC ソフティアS 0.2g

作り方

- ① 鮭に下味を付けスチームコンベクションオーブン（蒸気と熱風）180℃10分で焼く。
- ② 火が通ったらミキサーに鮭を皮・骨を除き、だし汁・ソフティアGを入れ攪拌する。
- ③ ②を鍋に戻し、80℃になるまで加熱する。（焦げやすいので攪拌しながら）
- ④ シリコン型・バット等に流し入れ成型し、冷蔵庫に移し冷やし固める。（40分程度）
- ⑤ 型から取り出し細工し、皿に盛り付ける。
- ⑥ 最後に醤油、みりんで味を整えソフティアSでトロミ調整したあんをかける。

ポイント写真

ソフティアGを計量する（1.2%）



ソフティアG・鮭・だし汁（50%）をミキサーにかける



80℃まで加熱する



流し缶に入れ、冷蔵庫で冷し固める



シリコン型に入れ、冷蔵庫で冷し固める

加工・盛り付けをして



完成

65℃でも溶けません

2. 付け合せ

材 料

トマト 30g、だし汁 10.5CC（トマト重量の35%）、ソフティアG 0.36g（トマト重量1.2%）
ほうれん草 20g、だし汁 7CC（ほうれん草重量の35%）、ソフティアG 0.24g（ほうれん草重量の1.2%）

作り方

- ① トマトは皮を取り除き、ほうれん草はだし汁で煮込む。
- ② ミキサーにトマト・だし汁・ソフティアGを入れ攪拌する。
- ③ 同様にほうれん草もミキサーに入れ攪拌する。
- ④ トマト・ほうれん草をそれぞれ鍋に戻し80℃になるまで加熱する。
- ⑤ シリコン型・バット等（ラップで成型）に流し入れ冷凍庫に移し冷やし固める。
- ⑥ 型から取り出し焼き魚の隣に盛り付ける。

「なめらか食」の作り方のDVD貸し出し

当院でのなめらか食の作り方をDVDに収録しました。
保管場所：栄養管理部、研修委員会



なめらか食作成に使用する器具



バット



流し缶



泡だて器



鍋



包丁



ヘラ



ミキサー各種



ラップ



デジタル計り



シリコン型各種



抜き型