

# やわらか焼き芋（ゼリー状）

焼き芋に水分とゼリー化剤を加えました

コード 3



## 材料

### ■ 2人分

焼き芋	1/3本 (80g)
牛乳	大さじ2杯
バター	小さじ1/2杯
水	1/4カップ (50ml)
砂糖	小さじ1 (3g)
ゼリー化調整食品	小さじ1/2 (1.5g) ※1)
※1) ※スベラカーゼ (フードケア) を使用した場合	

## 作り方

- ①焼き芋の皮をむき、フォークでつぶす。
- ②分量の牛乳、バター、砂糖を加え、よく混ぜ合わせる。
- ③②の中に水を徐々に加え、滑らかにする。
- ④③の中にゼリー化調整食品をまんべんなく振り入れ、よく混ぜる。
- ⑤④を耐熱の器に入れ、ラップをかけて電子レンジで600Wで1分30秒加熱する。
- ⑥熱いうちに、ヘラで均一になるまでよくかき混ぜる

## 栄養価 (1食分)

エネルギー	116kcal
たんぱく質	1.1g
食塩	0.1g

### とろみ調整食品を購入される方は

とろみ調整食品は、通販サイトでお求めになれます。また、介護食品を取り扱っている薬局・薬店でも、お問い合わせいただければお取り寄せいただける場合がございます。お近くの取扱い店については、ページ下部の「食べるを支える」HPにてご確認ください。

### ワンポイントアドバイス

電子レンジでなくても、小さ目のお鍋で、ゼリー化調整食品を入れてから、ふつふつとするまで温めても作れます。

電子レンジでも、お鍋でもしっかりと加熱しないとゼリー化がしないことがありますので、加熱をしっかりと行ってください。

最新の情報をご覧になりたい方は以下HPをご覧ください。  
「食べるを支える」HP → <http://www.shokushien.net/>  
（「食べるを支える」のキーワードでWeb検索できます）

