

りんごの甘煮（ペースト状）

りんごの甘煮をミキサーにかけペースト状にしました

コード 2-1



材料

■1人分

りんご	1/4個（約60g）
水	大さじ2
砂糖	小さじ1
とろみ調整食品	小さじ1/4

※1) ネイハイトロミールスリム（フードケア）を使用した場合

作り方

- ① りんご1/4個は皮をむき、一口サイズに切る
- ② 耐熱容器に水大さじ2と砂糖小さじ1を入れて、混ぜ合わせる
- ③ ②の中に①のりんごを入れ、ふんわりとラップをかけて電子レンジ500Wで2分加熱する
- ④ ③つぶがなくなるまでをミキサーにかける
- ⑤ ④を器に入れ、とろみ調整食品を入れてとろみをつける

栄養価（1食分）

エネルギー	70kcal
たんぱく質	0.1g
食塩	0g

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。お近くの取り扱い店については、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

●ペーストの固さは、加える水分の量やとろみ剤の量で調整してください。

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）

