

やわらか豚かつ（ペースト状）

粒の残っていない、なめらかなペーストです

コード 2-1



材料

■2人分

とんかつ（市販）	1/2枚（75g）
水	1/2カップ（100g）
だしの素	小さじ1/2（約1.5g）
とんかつソース	大さじ1/2（約9g）
とろみ調整食品	小さじ1/2（約0.8g）

※ネオホワ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豚カツを一口大の大きさに切る。
- ②①とAを鍋などに入れて、衣がふやける程度まで煮込む
- ③②をミキサーに移し入れて、とろみ調整食品を加え、1分間程度攪拌する。

栄養価（1食分）

エネルギー	115kcal
たんぱく質	8.8g
食塩	0.5g

注意事項

- お持ちのミキサーの耐熱温度を確認下さい。
- 熱いものをミキサーに入れると、吹き出すことがあるので注意してください。

とろみ調整食品を購入される方は

とろみ調整食品は、Yahoo、楽天、Amazonなどの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

- とんかつソース以外の食材をミキサーにかけて、器に盛ってから、とんかつソースを後からかけるとより見栄え良く、仕上がります。

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）

