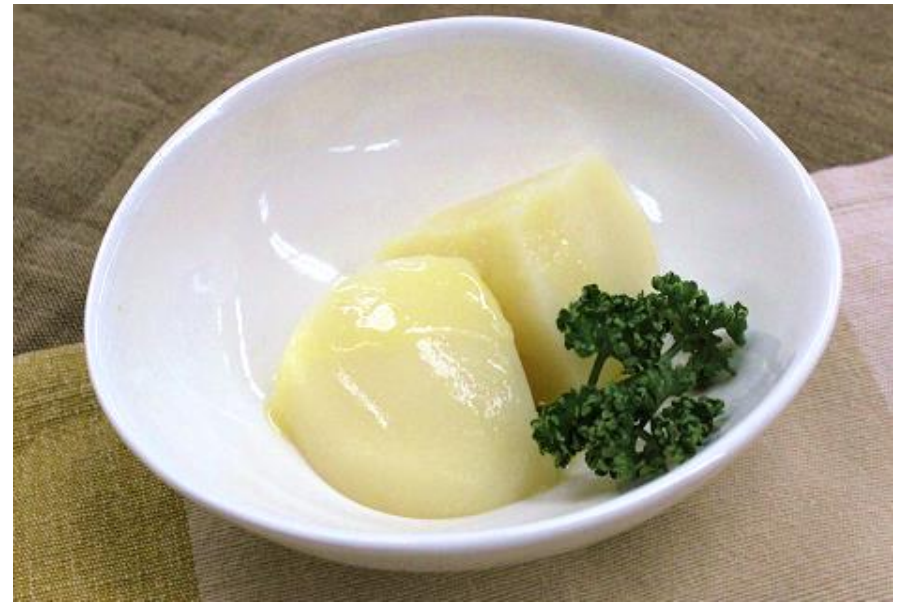


じゃがバター

コード3

★★★

ヘルシーフード株式会社
<http://www.healthy-food.co.jp>
ホット&ソフトプラス
 おかゆ、ミキサー食などを
 あたたかいままゼリー食に。



※パセリは飾りです。食べる直前に取り除いてください。

材料 (2食分)

じゃが芋	1/2個 (80g)	} A
コンソメスープ	80ml	
ホット&ソフトプラス	小さじ1 (約2.4g)	
塩	少々	
バター	小さじ1	

※コンソメスープはお湯300mlに顆粒コンソメ
 小さじ1杯を溶かしたものを使用しています。
 ミキサーに入れる際は、温かいものをご使用
 ください。

栄養価 (1食分)

エネルギー	67kcal
たんぱく質	1.2g
食塩相当量	0.4g

ホット&ソフトプラスを購入される方は

病院・福祉施設向け食品を専門に取り扱う「ヘルシーネットワーク」でご購入いただけます。ご家庭で食事療法・食介護を行われているお客様のもとへ、商品1個からお届けしております。

WEBサイト：<http://www.healthynetwork.co.jp>
 電話：0120-236-977 (受付時間：月～土 9時～17時)

作り方

- ① じゃが芋は洗って皮をむき、1～2cm角の大きさに切る。耐熱容器に入れ、ふんわりラップをかけて600Wの電子レンジで4分～5分加熱する
 ※じゃが芋が硬い場合は、柔らかくなるまで追加で加熱する。
- ② ①のじゃが芋とAをミキサーに入れ、ミキサーをまわしなめらかな状態に仕上げる。
- ③ ②を鍋に移して、よくかき混ぜながらひと煮たちするまで加熱する。
- ④ もったりとした状態がさらっと軽くなったら、火を止め、手早く湯のみなどの底が丸い耐熱容器に入れ、円筒形に固める。固まったら切り分け、溶かしバターをかける

注意事項

- 電子レンジで加熱したじゃが芋は、非常に熱くなっていますので、火傷にご注意ください。
- ②の工程では、温かいコンソメスープをご使用ください。酵素が働き、なめらかなじゃが芋ペーストが出来上がります。
- ③の工程ではしっかり加熱をしてください。もったりした状態からサラサラの状態に変わったところが出来上がりの目安です。
- 温度が下がると固まり始めるので、手早く盛付けてください。

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)

