

★ 鯖のトマト味噌煮・・・認知症(タイプ1～タイプ4 展開)

◆魚のヴィネッタ処理

A 脂肪分の多い魚は半解凍後目打ちをして解凍後、濃厚ヴィネッタ液(濃度15%)を魚の重さの6～7%振りかけ3時間以上置きます。

例:カラスカレイ・鯖・さわら・金目鯛・黄金ガレイ・マナガツオ・銀鮭・太刀魚・黒ムツ・ブリ

浸漬した魚は、ザルに上げてキッチンペーパーで軽くたたくようにして水切りする。

注)これは、冷凍切り身の魚の処理方法です。

●アイコンについて

スチームコンベクションオープンモードを表示しています。

Ⓒ コンビモード(180℃)

Ⓓ スチームモード(160℃)

★タイプ1★かむ応援食



- ◆ ① (トマ味噌)鍋にトマ味噌の材料を入れ、混ぜてから一煮立ちする。
- ◆ ② 鯖をヴィネッタ処理Aし、ホテルパンに並べて Ⓒ7分加熱する。
 - ①をかけて Ⓒ2分加熱する。
- ◆ ③ 器に②を盛り付け、ホテルパンのトマ味噌をかける。

料理のポイント

- ①トマ味噌は、タイプ1～タイプ4に必要な量を一緒に調理する。
- ②鯖とトマ味噌で煮ることで煮汁に適度なとろみがつく。
- ③①を使用して煮合めます。

★タイプ2★つぶす応援食



- ◆ ① 鯖をヴィネッタ処理Aし、6等分にカットしホテルパンに並べて Ⓒ5分加熱する。タイプ1のトマ味噌をかけて Ⓒ2分加熱する。
- ◆ ② 器に②を盛り付け、ホテルパンのトマ味噌をかける。

料理のポイント

- ①トマ味噌で煮合めます。
- ②鍋で煮る場合は、煮てから6等分にカットしてください。

★タイプ3★まとめる応援食



- 作り方**
- ◆ ① 鯖をヴィネッタ処理Aし、10gを5mmのみじん切り、残りを粗刻みにします。
 - ◆ ② 豆腐をキッチンタオルで包み水気をとる。
 - ◆ ③ 卵は割りほぐす。
 - ◆ ④ フードプロセッサーに①の粗刻みと②、③、トマ味噌を入れてなめらかにし、裏ごし（20メッシュ）し、①の5mmのみじん切りと加えて合わせます。
 - ◆ ⑤ ホテルパンに④を流し ㊦5分加熱する。タイプ1のトマ味噌をかけて㊧分加熱する。
 - ◆ ⑥ 器に⑤を盛り付け、ホテルパンのトマ味噌を適量かける。

料理のポイント

- ①豆腐、卵は、タイプ3とタイプ4の必要量を一緒に調理する。
- ②トマ味噌は、煮ることで適度のとろみがつき、すべりをよくする。
- ③少量の豆腐でばさばさ感が取れ、卵でまとめる。

★タイプ4★飲み込む応援食



- 作り方**
- ◆ ① ヴィネッタ処理Aした鯖を粗刻みにします。
 - ◆ ② 豆腐をキッチンタオルで包み水気をとる。
 - ◆ ③ 卵は割りほぐす。
 - ◆ ④ フードプロセッサーに①の粗刻みと②、③、トマ味噌を入れてなめらかにし、裏ごし（20メッシュ）し、さっとタンパクを加えよく混ぜる。
 - ◆ ⑤ ホテルパンに④を流し ㊦5分加熱する。タイプ1のトマ味噌をかけて㊧分加熱する。
 - ◆ ⑥ 器に⑤を盛り付け、ホテルパンのトマ味噌を適量かける。

料理のポイント

- ①豆腐を増やし飲み込めるやわらかさにした。
- ②たんぱく質の不足分は、さっとタンパクで補った。

【材料】

食品名	単位	タイプ1	タイプ2	タイプ3	タイプ4
茶あらい骨ぬき鯖 ㊤	g	70	70	60	55
濃厚ヴィネッタ液(濃度15%)	g	適宜	適宜	適宜	適宜
絹豆腐	g			10	20
卵	g			10	10
トマ味噌	g			5	5
さっとタンパク ㊦	g				2
(トマ味噌)	g				
和トマト トマみそ ㊧	g	20	20	20	20
砂糖	g	2	2	2	2
みりん	g	2	2	2	2
醤油	g	1	1	1	1
水	g	30	30	30	30