

全粥ゼリー



材料 1 人分

全粥 200 g
スベラカーゼ 2 g
(5cc 計量スプーン 1 杯)

1 食分栄養価

エネルギー 142kcal
たんぱく質 2.2g
脂 質 0.2g
炭水化物 31.4g
塩 分 0g



作り方

- ① ミキサーに計量した全粥を入れ、スベラカーゼを加えて混ぜる。
- ② スイッチを入れ、1 分間ミキサーする。
- ③ ミキサーを止めてふたを開け、ペースト状になっているか確認する。
※この時点で全粥の温度が70℃以上あればそのまま食器に盛り付けてもよい
- ④ 粥ペーストをテフロン製の手なべに入れて、火にかける。
- ⑤ 手なべの周りがフツフツと沸いてきたら火を止め、食器に盛り付ける。

