

嚥下食レシピ

黒キーマカレー L2（嚥下訓練食）



【材料】（3人分）

- ・ L4カレー:300g
- ・ コンソメスープ:150g

＜重湯ゼリー＞

- ・ 重湯:300g
(米:90g、水:900g)
- ・ ソフティアゲル（増粘剤）:3g

栄養成分（1人分）

エネルギー:396kcal
たんぱく質:12.5g
脂質:10.1g
炭水化物:63g
食塩相当量:4.1g

ひとくちメモ

- L2のカレーにする場合、L3のカレーのお粥を重湯ゼリーにかえます。
- 重湯は米1:水10で作ると、なめらかにできます。上記の分量では、約300gの重湯がとれます。

	作り方	工程写真	使用機器・設定・ポイント
1	L4のカレーに、コンソメスープを加え、ピュレ状になるまでミキシングする。		フードプロセッサまたはミキサー
2	お粥に盛り付け提供。		
＜重湯ゼリー＞			
1	フィルムに、米1:水10を入れ、真空包装後、30分浸漬させる。		真空包装機:30秒
2	1を鍋に出し、約20分沸騰させる。その後、濃して300g（一人あたり100g）の重湯をとる。		IH調理器
3	2にソフティアゲルを加え、80℃まで加熱する。		※提供時の温度は60℃。