

一般食

■ 材料(10人分) 2-2 2-1

ミートボール(市販品:照焼味)	600g
ピーマン(千切り)	300g
計	900g
MCTオイル (計の5%)	45g

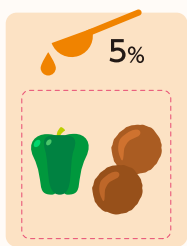
■ 材料(10人分) 1j

ミートボール(市販品:照焼味)	500g
ピーマン(千切り)	250g
★ 水	100g
すき焼きのたれ	25g
計①	875g
MCTオイル (計①の5%)	44g
計②	919g
ゼリーパーフェクト (計②の0.7%)	6.4g

〈下準備〉
ピーマンはスチームコンベクションオーブン(スチコン)で約2分加熱する。

2-2 〈粗ペースト〉 20℃ ↔ 45℃

温度	かたさ (N/m)	凝集性	付着性 (J/m)
20℃	2,430	0.58	496
45℃	1,571	0.72	387



ミキシング



栄養成分値 (1人分) 156kcal P5.1g F10.4g C11.0g

- ① ピーマン、日清食事にプラスMCTオイルを入れミキシングし、粗みじんにする。
- ② ①にミートボールを加え、さらにミキシングする。

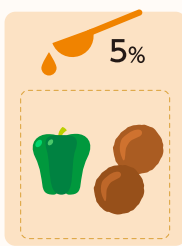
調理のポイント!

肉類はミキシングしてもなめらかになりにくく残渣が多くなることに注意が必要です。今回は市販のミートボールを使用しました。たれは捨てずに調味料として使用してください。また、ピーマンを別にミキシングしておき、後で合わせるとミキシング時間の短縮になります。

※一般食の写真はイメージです。

2-1 〈ペースト〉 20℃ ↔ 45℃

温度	かたさ (N/m)	凝集性	付着性 (J/m)
20℃	1,300	0.73	403
45℃	987	0.78	297



なめらかになるまでミキシング



栄養成分値 (1人分) 156kcal P5.1g F10.4g C11.0g

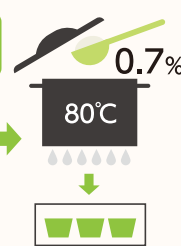
- ① ピーマン、日清食事にプラスMCTオイルを入れミキシングし、粗みじんにする。
- ② ①にミートボールを加え、さらになめらかになるまでミキシングする。

1j 〈ムース〉 20℃ ↔ 45℃

温度	かたさ (N/m)	凝集性	付着性 (J/m)
20℃	2,626	0.50	405
45℃	1,178	0.50	216



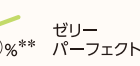
なめらかになるまでミキシング



栄養成分値 (1人分) 143kcal P4.3g F9.3g C11.0g

- ① ピーマン、★、日清食事にプラスMCTオイルを入れミキシングし、粗みじんにする。
- ② ①にミートボールを加え、さらになめらかになるまでミキシングする。
- ③ 鍋に移して、ゼリーパーフェクトを加え、よくかき混ぜながら80℃以上に加熱する。
- ④ 器に流し入れ、冷やし固める。

凡例



日清食事にプラスMCTオイル

ゼリーパーフェクト

*材料の分量(計または計①)に対しての割合を表示しています。
**材料の分量(計②)に対しての割合を表示しています。