



一般食

■ 材料(10人分) 2-2 2-1

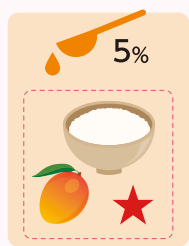
全粥	200g
冷凍マンゴー	400g
★ 砂糖	60g
レモン汁	20g
計	680g
MCTオイル (計の5%)	34g

■ 材料(10人分) 1j

全粥	200g
冷凍マンゴー	400g
★ 砂糖	60g
レモン汁	20g
計①	680g
MCTオイル (計①の5%)	34g
計②	714g
酵素入りゲル化剤 (計②の1%)	7.1g

2-2 〈粗ペースト〉 10℃ ↔ 20℃

温度	物性値		
	かたさ (N/m)	凝集性	付着性 (J/m)
10℃	414	0.77	93
20℃	398	0.76	83



ミキシング

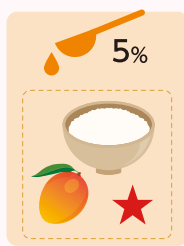


栄養成分値 (1人分) 95kcal P0.5g F3.5g C16.0g

- ① 全粥、冷凍マンゴー、★、日清食事にプラスMCTオイルを入れ、ミキシングする。

2-1 〈ペースト〉 10℃ ↔ 20℃

温度	物性値		
	かたさ (N/m)	凝集性	付着性 (J/m)
10℃	440	0.76	105
20℃	414	0.75	92



なめらかになるまで
ミキシング



栄養成分値 (1人分) 95kcal P0.5g F3.5g C16.0g

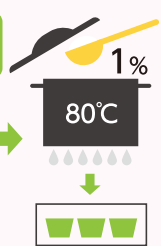
- ① 全粥、冷凍マンゴー、★、日清食事にプラスMCTオイルを入れ、なめらかになるまでミキシングする。

1j 〈ムース〉 10℃ ↔ 20℃

温度	物性値		
	かたさ (N/m)	凝集性	付着性 (J/m)
10℃	1,242	0.50	206
20℃	1,066	0.49	190



なめらかになるまで
ミキシング



栄養成分値 (1人分) 97kcal P0.5g F3.5g C16.5g

- ① 全粥、冷凍マンゴー、★、日清食事にプラスMCTオイルを入れ、なめらかになるまでミキシングする。
② 鍋に移して、酵素入りゲル化剤を加え、よくかき混ぜながら80℃以上に加熱する。
③ 器に流し入れ、冷やし固める。

調理のポイント!

冷凍マンゴーはやわらかく、ミキサーでなめらかなペーストにすることができます。レモン汁の酸味はゲル化剤の働きを弱めるため分量には注意してください。

※一般食の写真はイメージです。

〈監修〉広島修道大学 健康科学部 教授 栢下 淳子 先生 〈レシピ企画・作成〉広島赤十字・原爆病院

凡例	日清食事にプラス MCTオイル	酵素入り ゲル化剤
	○%*	○%**
	*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。	