

準グランプリ 《行事食コース》



ひなまつりプレート(彩りご飯、小かぶの肉詰め、三色花重ね、飾りれんこん)

青木爽子さん 東亜大学医療学部健康栄養学科・学生/山口県下関市

評価

アイデアが素晴らしく、春らしい華やかなプレートですね。ただ、一つひとつが凝りすぎているため、大量調理に展開するのは難しいでしょう。ハレの日や特別な日に提供する食事にはピッタリです。

準グランプリ 《大量調理コース》



さつまいものモンブランりんごゼリー入り

和田麻実さん 特別養護老人ホーム悠久園・栄養士/埼玉県入間郡

評価

見た目がかわいらしいですね。口に入れると、りんごの香りがふわっと広がり、すっきりとした甘さを楽しめます。スポンジ部分をもう少ししっかりとさせると、パサつきが抑えられ、食べやすくなると思います。

特別賞



大量調理

梶智恵さん
介護老人福祉施設アルベジオ
栄養士/北海道

すき焼き風煮



大量調理

坂本早紀さん
介護老人福祉施設遊花園
管理栄養士/神奈川県

芋天



大量調理

栗村三枝さん
笠岡中央病院
管理栄養士/岡山県

ジャーサラダ



大量調理

奥山恵美子さん
介護老人福祉施設アルベジオ
管理栄養士/北海道

やわらかいビーフストロガフ



行事食

福田忍さん
介護老人保健施設遊花園
栄養士、調理師/神奈川県

ロールキャベツ



大量調理

柳川祐三さん
介護老人保健施設遊花園
調理師/神奈川県

なすの肉はさみ揚げ



行事食

吉富圭佑さん
医療法人唐虹会 虹と海のホスピタル
調理師/佐賀県

香ばしサクサクエビフライ



行事食

三浦里咲さん
桐生大学短期大学部生活科学科
学生/群馬県

そうめんの天の川

第2回

やさしい素材 レシピコンテスト

受賞作品発表

2015年9月より、かむ力が弱くなった方向けのムース・ゼリー状の食品素材『やさしい素材』シリーズ(マルハニチロ株式会社)を取り入れた、オリジナルレシピを「大量調理コース」と「行事食コース」にて募集してきました。そして11月中旬、応募作品の中から各コースのグランプリ・準グランプリが決まりましたので、ご紹介いたします。

グランプリ《大量調理コース》



豚の角煮

宮城島 宏さん

社会福祉法人慶寿会 松林ケアセンター・管理栄養士/神奈川県茅ヶ崎市

◆1人分のつくり方と材料

- ①3等分にカットした**ポークブロック**60g、スライスした**とけないたまねぎ**50gを、適量の片栗粉を全体にまぶしながら交互に重ねる
- ②①にスチームコンベクションオーブンで焼き目をつける
- ③**とけないほうれんそう**20g、**温野菜にんじん**5gを型どりする
- ④鍋にだし汁30g、酒3g、砂糖3g、みりん2g、しょうゆ3g、しょうがのしぼり汁1g、黒酢0.5gを入れて加熱し、適量のとろみ調整食品を加えて混ぜ合わせる
- ⑤②を食べやすい大きさにカットし盛り付け、上から④をかけ③を添える

◆1人当たりの栄養成分

エネルギー322kcal、たんぱく質15.1g、脂質17.4g
炭水化物24.9g、塩分1.5g

評価

ポークとたまねぎの層がきれいに仕上がっており、本物の豚肉のように見えます。舌で潰せる軟らかさになっているので、咀嚼が困難な高齢者にも食べやすく仕上がっています。味つけもよく、栄養面も申し分ないですね。

海老しんじょ炊き合わせ

松尾サツキさん

医療法人唐虹会 虹と海のホスピタル・調理師/佐賀県唐津市

◆1人分のつくり方と材料

- ①えび30g、**とけないたまねぎ**8g、おろししょうが0.5g、片栗粉1gを混ぜ合わせる
- ②①がなめらかになったら、絞り袋に入れて絞り出し、形を整えてから蒸す
- ③**温野菜こまつな**25g、**温野菜かぼちゃ**30gは食べやすい大きさにカットし、**温野菜にんじん**25gは花形に型どりする
- ④だし汁100g、砂糖2g、薄口醤油6g、みりん2g、酒2g、片栗粉1gを鍋に入れ、沸騰させる
- ⑤④が沸騰したら②、③を入れて弱火で煮て、盛り付ける

◆1人当たりの栄養成分

エネルギー120kcal、たんぱく質5.8g、脂質3.5g
炭水化物17.3g、塩分1.3g

評価

調理工程が簡単なので、手軽につくれそうです。えびにとけないたまねぎを加えることで、食感と味がさらに良くなっています。こまつな、かぼちゃ、にんじんなど『やさしい素材』自体のおいしさを引き出している一品です。

グランプリ《行事食コース》

