



# ミキサーのいらない介護食素材 素材ペーストさけ

ゼリー食

使用レシピ集  
NO.1

## ☆さけの照り焼き☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
塩	0.08g	
とろみ剤	適量	※
だし汁	5g	
煮魚用調味液(青魚用)	5g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、塩を入れ混ぜながら 80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② とろみ剤、だし汁の順に入れ、とろみがつくまで混ぜ、煮魚用調味液(青魚用)を入れ混ぜる。
- ③ ①をお皿に盛りつけ、②をかける。



## ☆さけのちゃんちゃん焼き☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
塩	0.08g	
ほうれん草ゼリー	10g	
とろみ剤	適量	※
だし汁	5g	
煮魚用調味液(みそ煮用)	5g	
有塩バター	1g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、塩を入れ混ぜながら 80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② とろみ剤、だし汁の順に入れ、とろみがつくまで混ぜ、煮魚用調味液(みそ煮用)、有塩バターを入れ混ぜ、加熱する。
- ③ ①をお好みでガスバーナーで焼き色をつけ、お皿に盛りつけ、適当な大きさに切った野菜を添え、②をかける。



## ☆さけの胡麻マヨネーズ☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
マヨネーズ	10g	
ねり胡麻(白)	2g	
めんつゆ(かけ汁)	2g	
トマトゼリー	18g	
ほうれん草ゼリー	8g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、マヨネーズ、ねり胡麻(白)、めんつゆ(かけ汁)を入れ混ぜながら 80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② ①をお皿に盛りつけ、適当な大きさに切った野菜を添える。



## ☆さけのバター醤油☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
塩	0.08g	
とろみ剤	適量	※
だし汁	12g	
煮魚用調味液(青魚用)	3g	
濃口醤油	3g	
有塩バター	2g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、塩を入れ混ぜながら 80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② とろみ剤、だし汁の順に入れ、とろみがつくまで混ぜ、煮魚用調味液(青魚用)、濃口醤油、有塩バターを入れ混ぜ、加熱する。
- ③ ①をお皿に盛りつけ、②をかける。



- ※ ゲル化剤、とろみ剤の量は好みで調整してください。ゲル化剤の加熱温度はお使いの商品によって調整してください。
- ※ 野菜ゼリーの作り方については野菜パウダーレシピをご確認ください。
- ※ ガスバーナーにより、物性が変化しますので、注意してご使用ください。



# ミキサーのいらない介護食素材 素材ペーストさけ

ゼリー食

使用レシピ集  
NO.2

## ☆サーモンのお寿司☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	20g	2貫分
ゲル化剤	適量	※
塩	0.04g	
全粥	40g	2貫分
寿司酢	1.2g	
ゲル化剤	適量	※
とろみ剤	適量	※
だし汁	6g	
濃口醤油	2g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、塩を入れ混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② 全粥、寿司酢、ゲル化剤をミキサーにかけ、鍋に移し混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ③ とろみ剤、だし汁の順に入れ、とろみがつくまで混ぜ、濃口醤油を入れ混ぜる。
- ④ ①と②を適当な大きさに切り、お皿に盛りつけ、③を添える。



## ☆サーモンのゼリー☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
コンソメスープ	8g	
塩	0.1g	
ほうれん草ゼリー	8g	
コーンゼリー	8g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、コンソメスープ、塩を入れ混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② ①をお皿に盛りつけ、適当な大きさに切った野菜を添える。



## ☆サーモンのトマト煮☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
トマトケチャップ	9g	
トマトゼリー	18g	
ほうれん草ゼリー	8g	
コーンゼリー	5g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、トマトケチャップを入れ混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② ①をお皿に盛りつけ、適当な大きさに切った野菜を添える。



## ☆さけのクリーム煮☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
有塩バター	1g	
チキンコンソメ	0.3g	
濃口醤油	1.4g	
ほうれん草ゼリー	10g	
水	22g	
シチュールー	4g	
牛乳	4g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、有塩バター、チキンコンソメ、濃口醤油を入れ混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② 鍋に水を沸かし、シチュールーを入れとろみがつくまで加熱し、牛乳を加える。
- ③ ①をお皿に盛りつけ、適当な大きさに切った野菜を添え、②をかける。



※ ゲル化剤、とろみ剤の量は好みで調整してください。ゲル化剤の加熱温度はお使いの商品によって調整してください。  
※ 野菜ゼリーの作り方については野菜パウダーレシピをご確認ください。



# ミキサーのいらない介護食素材 素材ペーストさけ

ゼリー食

使用レシピ集  
NO.3

## ☆サーモンのタルタルソースがけ☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
塩	0.1g	
トマトゼリー	9g	
ほうれん草ゼリー	8g	
ゆで卵	5g	
玉ねぎ	4g	
とろみ剤	適量	※
コンソメスープ	15g	
マヨネーズ	3g	
牛乳	2g	
レモン汁	0.5g	
塩	0.03g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、塩を入れ混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② ゆで卵はつぶす。玉ねぎはみじん切りにし、茹でる。
- ③ ボールにとろみ剤、コンソメスープの順に入れ、とろみがついたら、②、マヨネーズ、牛乳、レモン汁、塩を入れ混ぜ、ミキサーにかける。
- ④ ①をお皿に盛りつけ、適当な大きさに切った野菜を添え、③をかける。



## ☆サーモンのカルパッチョ☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
塩	0.1g	
ほうれん草ゼリー	4g	
とろみ剤	適量	※
水	5.3g	
バルサミコ酢	1.5g	
白ワイン	1.2g	
有塩バター	1.2g	
オリーブオイル	1.1g	
濃口醤油	0.9g	
はちみつ	0.8g	
おろし生にんにく	0.05g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、塩を入れ混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② とろみ剤、水の順に入れ、とろみがつくまでよく混ぜ、バルサミコ酢、白ワイン、有塩バター、オリーブオイル、濃口醤油、はちみつ、おろし生にんにくを入れよく混ぜ、加熱する。
- ③ ①をお皿に盛りつけ、適当な大きさに切った野菜を添え、②をかける。



## ☆サーモンフライのタルタルソースがけ☆

商品名	1人前	備考
素材ペースト(さけ)	40g	
ゲル化剤	適量	※
塩	0.1g	
ほうれん草ゼリー	10g	
パン粉	5g	
だし汁	20g	
とろみ剤	適量	※
ゆで卵	5g	
玉ねぎ	4g	
とろみ剤	適量	※
コンソメスープ	15g	
マヨネーズ	3g	
牛乳	2g	
レモン汁	0.5g	
塩	0.03g	

### <作り方>

- ① 素材ペースト(さけ)を開封し、混ぜ、ゲル化剤を入れ混ぜ、塩を入れ混ぜながら80℃以上に加熱し、型に流し込み冷却する。
- ② パン粉はスチコンでホットモード：230℃：蒸気量0%：風量小：5～6分またはフライパンできつね色になるまで数分加熱する。
- ③ ②、だし汁、とろみ剤をミキサーにかけ、衣をつくる。
- ④ ゆで卵はつぶす。玉ねぎはみじん切りにし、茹でる。
- ⑤ ボールにとろみ剤、コンソメスープの順に入れ、とろみがついたら、④、マヨネーズ、牛乳、レモン汁、塩を入れ混ぜ、ミキサーにかける。
- ⑥ ①をお皿に盛りつけ、表面に③をぬり、お好みでバーナーで焼き色をつけ、適当な大きさに切った野菜を添え、⑤をかける。



※ ゲル化剤、とろみ剤の量は好みで調整してください。ゲル化剤の加熱温度はお使いの商品によって調整してください。  
 ※ 野菜ゼリーの作り方については野菜パウダーレシピをご確認ください。  
 ※ ガスバーナーにより、物性が変化しますので、注意してご使用ください。

【栄養価】(1人前)

料理名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	ナトリウム	カリウム	リン	カルシウム	鉄	亜鉛	食塩相当量
さけの照り焼き	67kcal	7.6g	2.9g	2.6g	194mg	55mg	24mg	2mg	0.1mg	0mg	0.5g
ちゃんちゃん焼き	77kcal	7.7g	3.8g	2.7g	228mg	62mg	25mg	4mg	0.1mg	0mg	0.6g
胡麻マヨネーズ	148kcal	8.4g	11.7g	2.5g	334mg	53mg	29mg	4mg	0.1mg	0.1mg	0.8g
さけのバター醤油	81kcal	7.8g	4.5g	2.1g	344mg	66mg	28mg	3mg	0.1mg	0.1mg	0.9g
サーモンのお寿司	62kcal	4.4g	1.5g	7.6g	200mg	36mg	19mg	2mg	0.1mg	0.2mg	0.5g
サーモンのゼリー	61kcal	7.6g	3.0g	1.0g	192mg	51mg	22mg	2mg	0.1mg	0mg	0.5g
サーモンのトマト煮	73kcal	7.8g	3.0g	3.9g	295mg	93mg	26mg	4mg	0.2mg	0.1mg	0.7g
さけのクリーム煮	88kcal	8.2g	4.6g	3.6g	418mg	63mg	28mg	8mg	0.1mg	0.1mg	1.1g
タルタルソースかけ	93kcal	8.4g	5.8g	1.8g	263mg	72mg	36mg	9mg	0.2mg	0.1mg	0.7g
カルパッチョ	82kcal	7.6g	5.0g	1.3g	182mg	54mg	23mg	2mg	0.1mg	0.1mg	0.5g
サーモンフライ	147kcal	9.3g	6.1g	13.3g	403mg	284mg	42mg	11mg	0.3mg	0.2mg	1.0g