

# quick 介護食素材シリーズ

白身魚、さけ、とり、まぐろ、ほたて貝柱

使用レシピ  
(応用編)



## ★三色テリーヌ★

【盛り付け例】



6人前

| 材料名         | 数量(g) |
|-------------|-------|
| 介護食素材 (さけ)  | 150   |
| 生クリーム       | 60    |
| バター         | 25    |
| 介護食素材 (白身魚) | 300   |
| 生クリーム       | 150   |
| 牛乳          | 100   |
| バター         | 50    |
| 塩           | 1     |
| こしょう        | 0.2   |
| ほうれん草パウダー   | 5     |
| 水           | 15    |

### <作り方>

- ① 型にバターを塗る。
  - ② 介護食素材 (さけ) 1 袋をボウルなどに移し、湯煎またはホットプレートで加熱して溶かす。生クリーム、バターを加えよく混ぜ、①に流して冷やし固める。
  - ③ 介護食素材 (白身魚) 2 袋をボウルなどに移し、湯煎またはホットプレートで加熱して溶かす。生クリーム、牛乳、バター、塩、こしょうを加えよく混ぜ、**半量**を表面が固まった②の上からレードルを使い、流して冷やし固める。
  - ④ ③の表面が固まってきたら、残った**半量**を湯煎またはホットプレートで加熱して再度溶かし、水で溶いた**ほうれん草パウダー**を加え、すばやく混ぜ、表面が固まった③の上からレードルを使い、流して冷やし固める。
- ※ ほうれん草パウダーが全体に混ざったら直ちに火を止めてください。
- ⑤ 食べやすい大きさに切り、器に盛る。

### 【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   |
|------|--------|-------|------|------|-------|------|------|-------|-------|-------|------|
| テリーヌ | 64kcal | 3.6g  | 5.2g | 0.5g | 112mg | 114g | 48mg | 11mg  | 0.2mg | 0.2mg | 0.3g |

## ★三色テリーヌのレシピで使用した商品★

さけ



quick 介護食素材 (さけ)

白身魚



quick 介護食素材 (白身魚)

ほうれん草パウダー



野菜パウダー (ほうれん草)