

ご家庭でしかできない介護食、誤嚥なしの握りすしの作り方レシピ

平成25年8月19日 周超音波研究所発行 URL <http://shuzouarakaki.jp>

① 介護食用のお米を調達しました

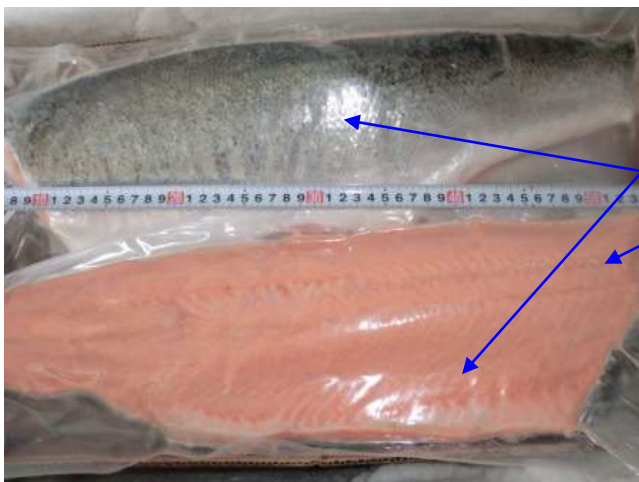
粒の大きさはおよそ 1.5 mm×2 mm : 炊き上げは通常の水の分量の30パーセント程度増量で丁度よい炊き上げになりました (Gm0=トンネルフォトン水60dB 0.3cc 添加炊き上げ)



通常のご飯の半分以下の大きさ

つまようじの径は1mmなのでその大きさを確認ください

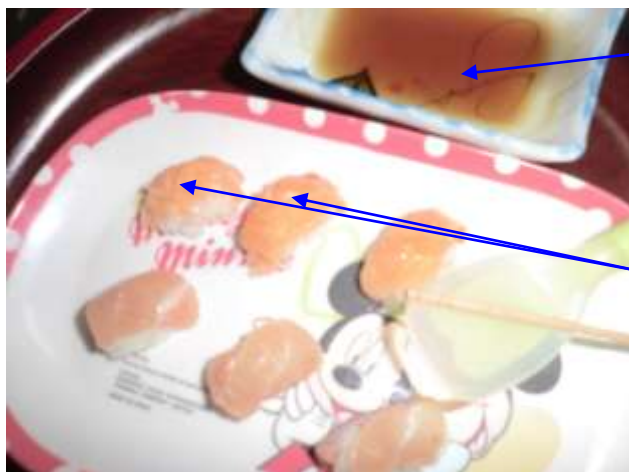
② すしネタは、キハダマグロとアトランティックサーモンハラスを使用



ハラスとは、この矢印の示す大トロ部分です

アトランティックサーモンは全身トロの極上品ブランドです

③意外と多く残っていますので、海洋深層水が十分浸透するまで空気を含ませるように攪拌します

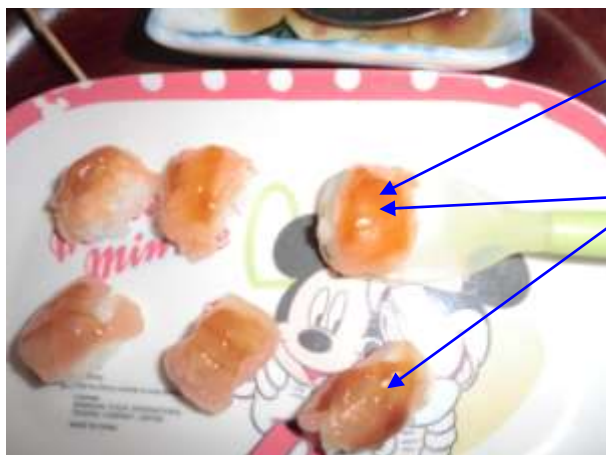


麺つゆとみりんを1：1で調合して、酒気が飛ぶまで煮詰めました、とろみをつけてジャムレベルに硬くしています

隠し包丁は格子状に1mm深さで入れています：ネタの厚さは2mm

④ミキサーに大サジ山盛りのミンチを1杯に対して麺つゆ2倍希釈を小さじ1杯、水道水大サジ3杯を混合して30秒ほどミキサーにかけて出来上がり

ソフトでクリーミー且舌で感触があり、醤油のグルタミン酸とマグロのイノシン酸の相乗効果で食欲は脳で活性化すること、栄養はDHA、EPA、タウリンはもちろんのこと、介護食に意外と入っていないセレンがマグロにバランスよく配合されている。それが最も重要な事項であり魚類摂取で消化吸収が良いとされている。学童期におけるアミノ酸スコア100/吸収率100と文献に書かれていた：



介護用スプーンに乗せてスプーンで位置を固定して噛み砕くこともできます

隠し包丁を入れることで、醤油たれは馴染みます：嚥下障害の強い人は、空のスプーンにたれを少々つけて奥歯に添えて咀嚼訓練と唾液の分泌を行ってから食事に入ります

アクアサイエンス研究所製品（深層水湧昇理論水 Gm0 調合液）は個人販売希少です
このレシピを完成させるためには必要なアイテムです：家事介護子育て支援としてご提供いたしております 参考ページ