

部門	クックチル・ニュークックチル部門				
メニュー名	食欲そそるアクアパッツァ				
材料	ご飯	白身魚のアクアパッツァ	焼き茄子浸し	水菜とジャコのサラダ	みかん寒天
	180g	ソイ骨抜き 80g 塩 0.2g あさりむきみ 10g むきエビ 20g おろしにんにく 1.5g ぶなしめじ 10g オリーブ油 1.5g 白ワイン 5CC 塩 0.2g プチトマト 20g 水 10CC 乾燥パセリ 0.02g	冷凍焼き茄子 50g 白だしつゆ 3cc 糸削り 0.3g	水菜 20g カットレタス 5g チリメンじゃこ 3g ノンオイル青じそ 10g	粉末寒天 0.33g 水 33.3cc 砂糖 5g 牛乳 16.6g みかん缶 10g
作り方		① ソイは塩を振り、低温で蒸し焼きにして、急速冷却、保存 ② あさりとむきエビは一度軽く蒸す ③ おろしにんにく、オリーブオイル、白ワイン、塩、水で合わせ調味料をつくる ④ ②と③にぶなしめじを加えて蒸し、急速冷却、保存 ⑤ 提供日に、①に④をかけ、1/2にカットしたプチトマトをのせ、乾燥パセルを振り配膳車の中で再加熱を行う	① 冷凍の焼き茄子は半解凍しておく ② ①に白だしつゆをかけ、糸削りを載せ盛り付け、配膳車の中で加熱	① 水菜は1.5cmくらいにカットし、カットレタスと混ぜる ② ①を器に盛りチリメンじゃこを載せる。 ③ ドレッシングは、小袋を載せ食べる前にかけてもらう	(前日調理) ① 粉末寒天、水を煮たてて、砂糖を加える ② 砂糖が溶けたら牛乳を加え火を止める ③ バットに汁を切ったみかん缶を広げ②の液を流しいれ、冷却保存 ④ バットから切り分け器に盛りつける
一食あたりの食材料費	370円				
1人分の栄養価	エネルギー 471kcal たんぱく質 27.5g 脂質 5.9g 炭水化物 75.5g 食物繊維 塩分 1.7g				
工夫したポイント	ソイという魚は皮も黒く、単独料理ではなかなか食欲がそそらない。シーフードやトマト、ニンニクをいっしょに調理することにより、彩も良く食欲をそそる1品になった。またこのメニューは、具材や、調味料の量を変えるだけで、治療食へも移行しやすく応用も可能だ。最後に魚と、具材を皿の中で合わせ再加熱することで、ニュークックチルの特徴を生かしたメニューであり、副菜と合わせて、カロリーは高いものの、食べて満足ボリュームがあるメニューとなった。				

1 俯瞰



2 45度

