

食べやすい食事の工夫

あったら便利な調理器具(日常的に使えるもの)
～使い方～



マッシャー



使い方



できあがり



ブレンダー



使い方



できあがり

●その他の便利な道具●



すりばち



小なべ



万能こし器



スライサー



ミキサー



電動泡立て器

(100円ショップなどで購入可)
卵の攪拌や飲み物にトロミ剤を
混ぜる時等に使用すると便利。

とろみをつける

むせる場合はとろみをつけると
食べやすくなります

●こんなとき…



じゃがいも



白身魚



卵



鶏肉

ぱさぱさとして食べにくいとき

刻んだ料理がポロポロして食べにくいとき

●調理方法

1 片栗粉は

片栗粉:水=1:1

の割合で水に溶く



2 とろみをつけたい料理を火にか け、煮汁を沸騰させる



3 煮汁をかき混ぜながら、水溶き 片栗粉を少しずつ回し入れる



4 一煮立ちさせ、全体にとろみが ついたら火を止める

とろみ液に透明感が
でたら出来上がり♪



とろみのあんをかけた料理の例



とんかつ



アジフライ



惣菜もとろみのあんを
かけると食べやすく
なります。