

# かれのいの桜あん ~やわらかあいディッシュを使ったレシピ~



## ■材料【1人分】

やわらかあいディッシュ かれい	砂糖	0.5g
1パック(標準重量48g)	塩	0.2g
だし汁(かつおだし)	新スルーキングi	適量(計算上0.1g)
酒	桜の花(塩漬け)	0.5g
みりん		

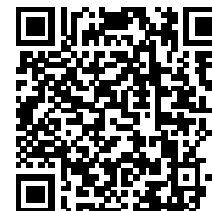
## ■作り方

- ① やわらかあいディッシュ かれいはパッケージに記載されている方法で温める。
- ② 耐熱容器にだし汁、酒、みりん、砂糖、塩を入れ、ラップをして電子レンジで加熱する。
- ③ ②の粗熱が取れたら、かき混ぜながら新スルーキングiを加えてとろみをつける。
- ④ 桜の花は水で洗って水気を切り、刻んで③に混ぜる。
- ⑤ 器に①を盛り付け、④をかける。

## ！注意事項！

- たれを電子レンジで加熱する際は、容器も熱くなっておりますので、やけどなどにご注意ください。
- 召し上がる方の咀嚼や嚥下状態に合わせてご提供ください。

## ■使用製品



やわらかあいディッシュ かれい



新スルーキングi

## 栄養成分値(1人分)

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)
<b>81</b>	<b>4.2</b>	<b>5.2</b>	<b>3.8</b>
ナトリウム (mg)	カリウム (mg)	リン (mg)	食塩相当量 (g)
<b>384</b>	<b>147</b>	<b>42</b>	<b>1.0</b>

※やわらかあいディッシュのカリウム、リンは分析に基づいた参考値を用いて計算しています。

日本食品標準成分表2015年版(七訂)で計算