

③きざみ食 ミキサー食を作る



～普通食からの展開～



きざみ食の作り方

ミキサー・フードプロセッサー・マッシャー
ハンドミキサー・包丁などの調理器具を用意しましょう



- 食事を調理器具を使って細かくきざみます。
ただし、きざんだだけではバラバラになってかえってむせやすく、危険です。
片栗粉やくず粉を使って煮汁にトロミをつけたり、
パサパサするものは『あんかけ』にするとのと越しが良く、
食べやすいです。
- 濃度は垂れてこぼれないくらいのトロミが良いでしょう。
- また、市販の増粘剤(トロミ調整剤)を使うと簡単にトロミをつけることができます。

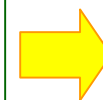
トロミ調整剤の紹介



液体にとろみをつけたり
成形・固化
するために
使用します

播磨病院では現在

「トロメイク」を使用しています



ミキサー食の作り方

ミキサー・フードプロセッサー・すり鉢&すりこぎ
マッシャー・ハンドミキサー・包丁などの調理器具。



- 食事を調理器具を使ってすりつぶします。
固形のもの、必要に応じて
だし汁・スープ・牛乳・煮汁・果汁などの水分を加えて
ペースト状に仕上げましょう。
- いも類やバナナはつぶすとトロミがあるので食べやすい食品
です。そのほかの食品はペースト状にした後、
片栗粉やくず粉を加えて加熱するとトロミがつき、
のど越しがよくなります。食べるときに、
垂れてこぼれないくらいのトロミが良いでしょう。
- また、市販の増粘剤(トロミ調整剤)を使うと簡単に
トロミをつけることができます。

ミキサー食・きざみ食を作るときの注意点

◆ 硬いものや繊維の多いもの（ごぼう、こんにゃくなど）はミキサーにかけてもなめらかに仕上がらないので避けましょう。

◆ 一品ごとにすりつぶし、盛り付ける際にも味が混ざらないように気をつけましょう。



味 彩り 香り は大変重要です！

◆ なまぬるい食事はおいしくありません。
熱いものは熱く、冷たいものは冷たくして下さい。



◆ 調理終了後、ミキサーなどの器具はきれいに洗いましょう。洗い残しは食中毒の原因になります。