

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

鶏の照り焼き (嚥下食)



softia G
NUTRI
CONC 2.5

材料 (1人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

鶏肉 (照り焼きにしたもの)	60g
ニュートリーコンク 2.5	30mL
ソフティアG	0.9g



※ミキサーにかける際のだし汁30mLをニュートリーコンク 2.5に置き換えた場合

作り方

1. 鶏肉をニュートリーコンク 2.5と一緒にミキサーにかける。
2. ソフティアGを加え、鍋で85℃以上に加熱し、少し冷めたら、1人前ずつ、鶏肉のようにバットに落とし、冷蔵庫で冷やし固める。
3. 鶏肉を切り分け、バーナーで焼き目をつけて、器に盛り付ける。
4. 60℃まで温め、照り焼きのタレをぬる。

NÜTRI:

Official Recipe ニュートリー 公式レシピ

お粥ゼリー



softia G

材料 (5人分)

お粥	600g
水	150mL
ソフティアG	7.5g



作り方

- 1.分量の水にソフティアGを溶かす。
- 2.鍋を火にかけお粥(※1)を加え、かき混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
- 3.器に盛り付け、冷やし固める。
- 4.60℃まで加熱する。

ポイント

※1…お粥はミキサーにかけず、そのままゼリーにしてください。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

かぶの蟹あん



softia S
softia G

材料 (10人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

かぶ[ゆでたもの]	450g
中華スープ(食材の35%)	160mL
ソフティアG(食材の1.2%)	5.4g

●蟹あん

蟹缶	適宜
しょうが	適宜
酒	適宜
中華スープ	適宜
卵白	適宜
ソフティアS	適宜
パセリ粉	適宜



作り方

- 1.かぶを中華スープと一緒にミキサーで攪拌する。
- 2.ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
- 3.型に流し込み、冷やし固める。
- 4.かぶを型から取り出し、器に盛り付ける。
- 5.60℃まで加熱する
- 6.蟹あんをかけ、パセリ粉をちらす。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

赤魚の西京焼き



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

赤魚[素焼きにしたもの]	250g
だし汁(食材の50%)	125mL
ソフティアG(食材の1%)	2.5g
西京甘味みそ	適量
いんげん[ゆでたもの]	100g
だし汁(食材の35%)	35mL
ソフティアG(食材の1%)	1g



作り方

1. 赤魚をだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
2. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. ラップを敷いたトレーに流し込み、魚のフィレらしく成形し、冷やし固める。
4. いんげんも2.まで同様にして、ラップを敷いたトレーに流し込み、冷やし固める。
5. 赤魚は斜め切りにし、切り身のように切り分ける。ホテルパンに並べ、甘みそを塗り、バーナーで焼き目をつける。
6. いんげんは棒状に切る。
7. 器に赤魚といんげんを盛り付ける。
8. 60℃まで加熱する。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

切干大根



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

切干大根の大根	175g
だし汁(食材の35%)	61mL
ソフティアG(食材の1%)	1.8g
切干大根の人参	75g
だし汁(食材と同量)	75mL
ソフティアG(食材の1.2%)	0.9g



作り方

1. 切干大根と人参をそれぞれだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
2. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. ラップを敷いたトレーに厚さ2~3mmくらいになるように流し込み、冷やし固める。
4. 切干大根と人参は長さ4cmくらいに切り、交互に重ね短冊切りにする。
5. 器に盛り付け、60℃まで加熱する。

NÜTRI:

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

南瓜のいとこ煮



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

南瓜[煮付けにしたもの]	250g
だし汁(食材の35%)	88mL
ソフティアG(食材の0.8%)	2g
あずきソース	適量



作り方

1. 南瓜をだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
2. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. 型に流し込み、冷やし固める。
4. 南瓜を切り分け、器に盛り付け、60℃まで加熱する。
5. あずきソースをかける。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

ほうれん草の蟹あん



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

ほうれん草[ゆでたもの]	200g
だし汁(食材の35%)	70mL
ソフティアG(食材の1%)	2g
蟹のあん	適量



作り方

1. ほうれん草をだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
2. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. ラップを敷いたトレーに流し込み、冷やし固める。
4. ほうれん草はスプーンで削ぐようにすくって器に盛り付ける。
5. 蟹のあんをかける。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

鶏の照り焼き



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

鶏の照り焼き	250g
だし汁(食材の50%)	125mL
ソフティアG(食材の1%)	2.5g
照り焼きのたれ	適量
キャベツ[ゆでたもの]	100g
だし汁(食材の35%)	35mL
ソフティアG(食材の1%)	1g
人参[ゆでたもの]	50g
だし汁(食材と同量)	50mL
ソフティアG(食材の1.2%)	0.6g



作り方

1. 鶏肉をだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
2. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. 粗熱を取り、トレーに1切れ分ずつ落とし^(※1)、冷やし固める。
4. キャベツ、人参も2.まで同様にして、それぞれラップを敷いたトレーに厚さ2~3mmくらいになるように流し込み、冷やし固める。
5. 鶏肉は斜め切りにし、バーナーで焼き目をつける。
6. キャベツと人参は千切りにする。
7. それぞれを器に盛り付け、60℃まで加熱する。
8. 鶏肉に照り焼きのたれを塗る。

ポイント

※1…鶏肉は、トレーにラップを敷き、おたまを利用してもも肉やむね肉のように楕円形に落とします。
少し熱が取れてから落とした方が流れずにうまく形を作ることができます。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

里芋のゆずみそがけ



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはフードプロセッサーを使用します。

里芋[薄味で煮付けたもの]	300g
だし汁(食材の35%)	105mL
ソフティアG(食材の0.8%)	2.4g
ゆずみそ	適量



作り方

1. 里芋はだし汁を加えずにフードプロセッサーでペースト状にする。
2. 分量のだし汁を鍋に入れ、ソフティアGを溶かす。
3. 鍋を火にかけ1.を加え、かき混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
4. 製菓用の半円型に流し込み、冷やし固める(※1)。
5. 型から取り出し、器に盛り付ける。
6. 60℃まで加熱する。
7. ゆずみそをかける。

ポイント

※1…絞り袋などに入れて絞っても里芋風になります。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

トマトサラダ



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

トマトジュース	360mL
ソフティアG(食材の0.8%)	2.9g
ドレッシング	適量



作り方

1. トマトジュース(※1)にソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
2. ドーム型のゼリーカップに流し込み、冷やし固める。
3. トマトと同じ要領で切り分け、器に盛り付ける。
4. ドレッシングをかける。

ポイント

※1…トマトはトマトジュースを使って再現します。同様にフルーツもジュースを使えばおいしく簡単にゼリーになります。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

出し巻きたまご



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはフードプロセッサーを使用します。

たまご[スクランブルエッグ 状]	480g
だし汁(食材の35%)	168mL
ソフティアG(食材の1%)	4.8g



作り方

1. たまごはだし汁を加えずにフードプロセッサーでペースト状にする。
2. 分量のだし汁を鍋に入れ、ソフティアGを溶かし、かき混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. 1.に2.を熱々のまま加え、フードプロセッサーで攪拌する。
4. ラップを敷いたトレーに流し込み、出し巻きたまごのように成形し^(※1)、冷やし固める。
5. 適当な大きさに切り分け、器に盛り付ける。
6. 60℃まで加熱する。

ポイント

※1…トレーのヘリとラップを使い、大きな出し巻きたまごゼリーを作ります。しっかりと固まったら、包丁を入れ、1人分ずつカットしていきます。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

肉豆腐



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

肉豆腐の牛肉	125g
だし汁(食材の50%)	63mL
ソフティアG(食材の1%)	1.3g
肉豆腐の豆腐	250g
だし汁(食材の50%)	125mL
ソフティアG(食材の1%)	2.5g
ほうれん草[ゆでたもの]	50g
だし汁(食材の35%)	18mL
ソフティアG(食材の1%)	0.5g
肉豆腐のこんにゃく	100g
だし汁(食材の35%)	35mL
ソフティアG(食材の1%)	1g
肉豆腐のたれ	適量



作り方

1. 食材をそれぞれ、だし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
2. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. 牛肉、ほうれん草、こんにゃくは、ラップを敷いたトレーに流し込み、豆腐は豆腐が入っていた容器に流し込み※1、冷やし固める。
4. 牛肉※2とほうれん草はスプーンで削ぐ。豆腐は、適当な大きさに切る。こんにゃくは千切りにする。
5. それぞれを器に盛り付け、60℃まで加熱する。
6. 肉豆腐のたれを上からかける。

ポイント

※1…豆腐が入っていた容器に流し込みむことにより、よりリアルな形成ができます。容器は、耐熱でないこともあるので、粗熱が取れてから流し込みます。

※2…ラップに少し厚めに流すとうまく削ぐことができます。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

鮭の照り焼き～なます添え～



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

鮭の照り焼き	250g
だし汁(食材の50%)	125mL
ソフティアG(食材の1%)	2.5g
大根[なます]	100g
だし汁(食材の35%)	35mL
ソフティアG(食材の1.2%)	1.2g
人参[なます]	50g
だし汁(食材と同量)	50mL
ソフティアG(食材の1.2%)	0.6g



作り方

1. 鮭をだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
2. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
3. ラップを敷いたトレーに流し込み、魚のフィレらしく成形し、冷やし固める。
4. 大根、人参も2.まで同様にして、それぞれラップを敷いたトレーに厚さ2～3mmくらいになるように流し込み、冷やし固める。
5. 鮭は斜め切りにし、切り身のように切り分ける。
ホテルパンに並べ、バーナーで焼き目をつける。
6. 大根と人参は長さ4cmくらいに切り、交互に重ね、短冊切りにする。
7. 器に鮭を盛り付ける。
8. 60℃まで加熱する。
9. なますを添えて、鮭に照り焼きのたれを塗る。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

煮込みハンバーグ



softia G

材料 (10人分)

※このレシピにはミキサーとフードプロセッサーを使用します。

冷凍ハンバーグ[加熱したもの]	600g
コンソメスープ(食材の35%)	210mL
ソフティアG(食材の1%)	6g
じゃがいも[ゆでたもの]	200g
コンソメスープ(食材の35%)	70mL
ソフティアG(食材の0.8%)	1.6g
塩・こしょう	適宜
ほうれん草[ゆでたもの]	200g
コンソメスープ(食材の35%)	70mL
ソフティアG(食材の1%)	2g
塩・こしょう	適宜
赤ピーマン[ゆでたもの]	100g
コンソメスープ(食材の35%)	35mL
ソフティアG(食材の1%)	1g
デミグラスソース	適宜
コーヒーフレッシュ	適宜
パセリ粉	適宜



作り方

- ハンバーグ、ほうれん草、赤ピーマンをコンソメスープと一緒にミキサーで攪拌する。
ほうれん草は塩・こしょうで味を調える。
- ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
- ハンバーグは楕円形の型に流し込み、ほうれん草、赤ピーマンはそれぞれラップを敷いたトレーに厚さ2~3mmくらいになるように流し込み、冷やし固める。
- じゃがいもはコンソメスープを加えずにフードプロセッサーでペースト状にする。
- コンソメスープを鍋に入れ、ソフティアGを溶かす。
- 鍋を火にかけ、4.を加え、かき混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
- ラップを敷いたトレーに幅3cm×厚さ2cmくらいになるように流し込み、冷やし固める。
- ハンバーグは熱した金串で焼き目を付ける。じゃがいもは乱切り、ほうれん草、赤ピーマンは千切りにし、器に盛り付ける。
- 60℃まで加熱する。
- ハンバーグにデミグラスソースとコーヒーフレッシュをかけ、じゃがいもにパセリ粉をちらす。

NÜTRI:

Official Recipe ニュートリー 公式レシピ

小松菜のおひたし



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

小松菜のおひたし	200g
だし汁(食材の35%)	70mL
ソフティアG(食材の1%)	2g



作り方

- 1.小松菜とだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
- 2.ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
- 3.ラップを敷いたトレーに厚さ2~3mmくらいになるように流し込み、冷やし固める。
- 4.小松菜は千切りにして、器に盛り付ける。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

肉じゃが



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサー・フードプロセッサーを使用します。

牛肉[肉じゃが]	150g
だし汁(食材の50%)	75mL
ソフティアG(食材の1%)	1.5g
じゃがいも[肉じゃが]	300g
だし汁(食材の35%)	105mL
ソフティアG(食材の0.8%)	2.4g
人参[肉じゃが]	75g
だし汁(食材と同量)	75mL
ソフティアG(食材の1.2%)	0.9g
こんにゃく[肉じゃが]	120g
だし汁(食材の35%)	42mL
ソフティアG(食材の1%)	1.2g
さやいんげん[肉じゃが]	20g
だし汁(食材の35%)	7mL
ソフティアG(食材の1%)	0.2g



作り方

1. じゃがいもはだし汁を加えずにフードプロセッサーでペースト状にする。
2. 分量のだし汁を鍋に入れ、ソフティアGを溶かす。
3. 鍋を火にかけ1.を加え、かき混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
4. ラップを敷いたトレーに、幅3cm×厚さ2cmくらいになるように流し込み、冷やし固める。
5. 牛肉、人参、こんにゃく、さやいんげんをそれぞれだし汁と一緒にミキサーで攪拌する。
6. ソフティアGを入れ、混ぜながら85℃以上になるまで加熱する。
7. それぞれ、ラップを敷いたトレーに流し込み、冷やし固める。
8. じゃがいも、人参は乱切りに、牛肉は薄切り肉のようにスプーンで削ぐ。
こんにゃくは糸こんにゃく風に千切りに、さやいんげんは棒状に切る。
9. それぞれを器に盛り付ける。
10. 60℃まで加熱する。

NÜTRI:

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

宇都宮餃子ゼリー



softia U
softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

餃子の餡[加熱したもの]	40g
中華スープ(食材の50%)	20mL
ソフティアG(食材の1%)	0.4g
餃子の皮[ゆでたもの]	120g
中華スープ(食材の75%)	90mL
ソフティアG(食材の1.2%)	1.4g
ソフティアU(食材の0.4%)	0.5g
ごま油	適量



作り方

1. 餃子の餡(加熱したもの)を中華スープと一緒にミキサーで攪拌する。なめらかになったら、ソフティアGを加え10秒攪拌する。
2. 鍋に移して85℃以上になるまで加熱する。
3. ラップを敷いたトレーに流し込み、冷やし固める。
4. 餃子の餡が固まったら、スプーンで適当は大きさに切り分ける。
5. 餃子の皮(ゆでたもの)に、温かい中華スープ、ソフティアG、ソフティアUを加え、なめらかになるまで攪拌する。
6. 鍋に移して85℃以上になるまで加熱する。
7. 小さく切ったラップの上に、餃子の皮のように円形に伸ばす。中心に4.の餡ゼリーを置き、餃子のようにつつみ、冷やし固める。
8. バーナーで、焼き目をつけ、ごま油を塗り、焼き餃子風にする。

Official Recipe ニュートリー 公式レシピ

うなぎ



softia G
softia U



NUTRI
CONC 2.5

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

おかゆ		1,000g
ソフトィアU	食材の0.5%	5g
うなぎ(かば焼き)		300g
だし汁(コンク入り*)	食材の50%	150mL
ソフトィアG	食材の1%	3g
かば焼きのたれ		適量

*「コンク入り」とは、だし汁と『ニュートリーコンク2.5』を1:1で混合したものです。



※木の芽は飾りです。そのままでは飲み込みにくいので、注意してください。

作り方

1. ミキサーに温かいおかゆ(※1)、『ソフトィアU』を入れ、1分間攪拌する。
2. 茶碗に流し込み、ゼリー状に固める。
3. ミキサーにうなぎ、だし汁(コンク入り*)を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフトィアG』を加えさらに攪拌する。
4. 3を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
5. ラップを敷いたバットに流し込み、40℃以下に冷却する。
6. 5が固まったら、適当な大きさに切り分ける。ホテルパンに並べ、バーナーで焼き目を付ける。
7. おかゆの上に盛り付け、かば焼きのたれを塗る。

ポイント

※1…おかゆは、炊きたてまたは70℃以上に温めたおかゆを使用してください。

枝豆



softia G

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

枝豆 (ゆでて薄皮をむいたもの)		200g
水	食材の50%	100mL
ソフティアG	食材の1%	2g



作り方

1. ミキサーに枝豆、水を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
3. 冷めないうちに絞り袋に入れ、ラップを敷いたバットに粒状に絞り、40℃以下に冷却する。
4. 3が固まったら、器に盛り付ける。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

焼肉



softiaG



NUTRI
CONC 2.5

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

牛肉(ゆで)		300g
だし汁(コンク入り*)	食材の50%	150mL
ソフティアG	食材の1%	3g
焼肉のたれ		適量

*「コンク入り」とは、だし汁と『ニュートリーコンク2.5』を1:1で混合したものです。



※サンチュは飾りです。そのままでは飲み込みにくいので、注意してください。

作り方

1. ミキサーに牛肉、だし汁(コンク入り*)を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
3. ラップを敷いたバットに流し込み、40℃以下に冷却する。
4. 3が固まったら、大きめのスプーンを使って削ぎ、ホテルパンに並べ、バーナーで焼き目を付ける。
5. 焼肉のたれを塗り、器に盛り付ける。

NÜTRI:

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

梅酒



softia G

材料 (5人分)

梅酒		750mL
ソフティアG	食材の0.75%	5.6g



作り方

1. 鍋に梅酒を入れ、『ソフティアG』を加えよく混ぜる。
鍋を火にかけて、焦げないように混ぜながら※1、85℃以上に加熱する。
2. 器に流し込み、40℃以下に冷却し、ゼリー状に固まったら完成。

ポイント

※1…アルコールが飛んで火がつくことがあるので、やけどに注意してください。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

カルボナーラ



softia G



softia U

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

パスタ (やわらかくゆでたもの)		600g
お湯	食材の50%	300mL
ソフティアU	食材の1%	6g
ベーコン (加熱したもの)		150g
コンソメスープ	食材の50%	75mL
ソフティアG	食材の1%	1.5g
カルボナーラソース		適量



※ブラックペッパーは飾りです。そのままでは、飲み込みにくいので、注意してください。

作り方

1. 温かいパスタ(※1)をミキサーに入れ、お湯と『ソフティアU』を加え、なめらかになるまで攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、70℃以上で十分加熱する。
3. ラップを敷いたバットに薄く流し込み、ゼリー状に固める(※2)。
4. ミキサーにベーコン、コンソメスープを入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
5. 4を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
6. ラップを敷いたバットに流し込み、40℃以下に冷却する。
7. パスタが固まったら、平打ちパスタのように細切りにし、器に盛り付ける。
8. ベーコンは、適当な大きさに切り分け、パスタの上に盛り付ける。
9. カルボナーラソースをかける。

ポイント

- ※1…パスタは、記載されている時間より長くゆでたやわらかいものを使用してください。
- ※2…パスタは、温かいものを使用するとうまく固めることができます。

Official Recipe ニュートリー 公式レシピ

豚の角煮



softia G



NUTRI CONC 2.5

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

豚肉(角煮)		300g
だし汁(コンク入り*)	食材の50%	150mL
ソフティアG	食材の1%	3g
角煮のたれ		適量

*「コンク入り」とは、だし汁と『ニュートリーコンク2.5』を1:1で混合したものです。



※ししとうは飾りです。そのままでは、飲み込みにくいので、注意してください。

作り方

1. ミキサーに豚肉、だし汁(コンク入り*)を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
3. ラップを敷いたバットに流し込み、40℃以下に冷却する。
4. 3が固まったら、適当な大きさに切り分け、器に盛り付ける。
5. お好みで角煮のたれをかける。

NÜTRI:

Official Recipe ニュートリー 公式レシピ

エビチリ



softia G
softia S



NUTRI
CONC 2.5

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

えび(ゆで)		300g
中華スープ(コンク入り*)	食材の50%	150mL
ソフティアG	食材の1.2%	3.6g
エビチリソース		100g
ソフティアS		3g

*「コンク入り」とは、中華スープと『ニュートリーコンク2.5』を1:1で混合したものです。



※チンゲン菜は飾りです。そのままでは、飲み込みにくいので、注意してください。

作り方

1. ミキサーにえび、中華スープ(コンク入り*)を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
3. 冷めないうちに絞り袋に入れ、ラップを敷いたバットに半円を描くように絞り、40℃以下に冷却する(※1)。
4. 3が固まったら、『ソフティアS』でとろみをつけたエビチリソース(※2)をからめ、器に盛り付ける。

ポイント

- ※1…ゆでたえびと衣をつけて揚げたえびを半量ずつ使用すると、油っぽさを抑え香ばしさとえびの風味が出ます。
- ※2…使用するエビチリソースのとろみの具合に応じて、ソフティアSの添加量を調節してください。

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

お雑煮

softia G / softia U
softia S

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

おかゆ		350g
ソフティアU	食材の0.7%	2.5g
鶏肉(煮物)		20g
だし汁	食材の50%	10mL
そうティアG	食材の1%	0.2g
小松菜(ゆで)		20g
だし汁	食材の35%	7mL
ソフティアG	食材の1%	0.2g
にんじん(煮物)		15g
だし汁	食材の50%	7.5mL
ソフティアG	食材の1.2%	0.2g
かまぼこ(ゆで)		20g
だし汁	食材の50%	10mL
ソフティアU	食材の0.8%	0.2g
お雑煮のだし		500mL
ソフティアS		5g



作り方

1. ミキサーに温かいおかゆ(※1)、『ソフティアU』を入れ、1分間攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、70℃以上で十分加熱する。
3. ラップを敷いたバットにもちの厚さに流し込み、ゼリー状に固める。
4. かまぼこ(※1)も1～2と同様の手順で作る、半月型に流し込み、ゼリー状に固める。
5. ミキサーに鶏肉、だし汁を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
6. 5を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
7. ラップを敷いたバットに流し込み、40℃以下に冷却する。
8. 小松菜、にんじんも5～7と同様の手順で作る。
9. おかゆが固まったら、もちの大きさに切り分け、器に盛り付ける。
10. 鶏肉、小松菜、にんじん、かまぼこは、適当な大きさに切り分け、もちの上に盛り付ける。
11. お雑煮のだしに『ソフティアS』を加え、よく混ぜてとろみをつけ、10に流し込む。

ポイント

※1…おかゆ、かまぼこは、温かいものを使用するとうまく固めることができます。

NÜTRI:

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

カレーうどん



softia G



softia U

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

うどん(ゆで)		600g
お湯	食材の50%	300mL
ソフティアU	食材の1%	6g
豚肉(ゆで)		180g
だし汁	食材の50%	90mL
ソフティアG	食材の1%	1.8g
たまねぎ(ゆで)		100g
だし汁	食材の35%	35mL
ソフティアG	食材の1.2%	1.2g
小松菜(ゆで)		100g
だし汁	食材の35%	35mL
ソフティアG	食材の1%	1g
カレーうどんのつゆ		適量



作り方

1. 温かいうどん^(※1)をミキサーに入れ、お湯と『ソフティアU』を加え、なめらかになるまで攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、70℃以上で十分加熱する。
3. ラップを敷いたバットに薄く流し込み、ゼリー状に固める。
4. ミキサーに豚肉、だし汁を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
5. 4を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
6. ラップを敷いたバットに流し込み、40℃以下に冷却する。
7. たまねぎ、小松菜も4～6と同様の手順で作る。
8. うどんが固まったら、うどんのように細切りにし、器に盛り付ける。
9. 豚肉、たまねぎは、スプーンを使って削ぎ、小松菜は千切りにし、うどんの上に盛り付ける。
10. カレーうどんのつゆをかける。

ポイント

※1…うどんは、温かいものを使用するとうまく固めることができます。

Official Recipe ニュートリー 公式レシピ

チキンのトマト煮



softia G



NUTRI CONC 2.5

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

鶏肉(トマト煮)		300g
コンソメスープ(コンク入り*)	食材の50%	150mL
ソフティアG	食材の1%	3g
トマトソース		適量

*「コンク入り」とは、コンソメスープと『ニュートリーコンク2.5』を1:1で混合したものです。



※バジルは飾りです。そのままでは、飲み込みにくいので、注意してください。

作り方

1. ミキサーに鶏肉、コンソメスープ(コンク入り*)を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
3. ラップを敷いたバットに鶏肉の固まりくらいの大きさに落とし、40℃以下に冷却する。
4. 3が固まったら、器に盛り付ける。
5. トマトソースをかける。

NÜTRI:

Official
Recipe

ニュートリー 公式レシピ

豚汁



softia G



softia S

材料 (5人分)

※このレシピにはミキサーを使用します。

豚肉(ゆで)		100g
だし汁	食材の50%	50mL
ソフティアG	食材の1%	1g
大根(ゆで)		75g
だし汁	食材の35%	26mL
ソフティアG	食材の1.2%	0.9g
こんにゃく(ゆで)		75g
だし汁	食材の35%	26mL
ソフティアG	食材の1%	0.8g
にんじん(ゆで)		75g
だし汁	食材の50%	38mL
ソフティアG	食材の1.2%	0.9g
ごぼう(ゆで)		75g
だし汁	食材の35%	26mL
ソフティアG	食材の1%	0.8g
みそ汁(汁のみ)※1		500mL
ソフティアS		5g



※一味唐辛子は飾りです。そのままでは飲み込みにくいので、注意してください。

作り方

1. ミキサーに豚肉、だし汁を入れ攪拌し、なめらかになったら、『ソフティアG』を加えさらに攪拌する。
2. 1を鍋に入れ、焦げないように混ぜながら、85℃以上に加熱する。
3. ラップを敷いたバットに流し込み、40℃以下に冷却する。
4. 大根、にんじん、ごぼう、こんにゃくも1~3と同様の手順で作る。
5. ゼリー状に固まったら、適当な大きさに切り分け、茶碗に盛り付ける。
6. みそ汁に『ソフティアS』を加え、よく混ぜてとろみをつけ、5に流し込む。

ポイント

※1…みそ汁に、『ニュートリーコンク2.5』を1人分(10mL)添加すると1人あたりエネルギー25kcal、たんぱく質0.8gのUPができます！