

## 料理レシピ

## 病院給食

胃腸にやさしく、どなたにも食べやすい  
金目鯛と湯葉丼和膳

上品な甘みがあり、消化のいい金目鯛は病院食の主菜にぴったり。トロツとした食感の生湯葉丼で食欲も増進。スチームコンベクションに使えるヒートサーブハイブリッドで、あつあつのおいしさをお届けします。

1. 金目鯛の西京焼き (DS1TES)
2. 生湯葉丼 (AP146MTG)
3. 賀茂なすの冷浸し (GS3YO)
4. 手まり麩のすまし汁 (GC13B)

## 1. 金目鯛の西京焼き (DS1TES)

【材料】：1人分

金目鯛	80g
◆西京味噌	10g
◆みりん	4g
◆料理酒	2g
万願寺とうがらし	20g

【作り方】

- ①◆の調味料を合わせておく。
- ②金目鯛は①に漬け込む(1時間以上)
- ③万願寺とうがらしは素焼きにしておく。
- ④グリルで②を色よく焼く。
- ⑤器に④を盛り、万願寺とうがらしを添える。

## 2. 生湯葉丼 (AP146MTG)

【材料】：1人分

米	70g
生湯葉	60g
◆薄口醤油	4g
◆みりん	2g
◆料理酒	2g
片栗粉	1g
練りわさび	1g

【作り方】

- ①◆の調味料を火にかけ、生湯葉に味を染み込ませる。
- ②①で味をつけた湯葉を取り出し、片栗粉でとろみをつける。
- ③器に炊き上がったご飯を盛り付け、その上に味の付いた湯葉を乗せ②の汁をかける。
- ④最後に練りわさびを天盛りにする。

## 料理レシピ

## 病院給食

## 3. 賀茂なすの冷浸し (GS3Y0)

【材料】：1人分

賀茂なす	100g
油	6g
◆薄口醤油	5g
◆みりん	4g
◆料理酒	1g
みぶな(生)	15g
塩	0.1g

【作り方】

- ①◆の調味料と水を火にかけて冷ましておく。
- ②賀茂なすは半分に切り、扇状に切り込みを入れる。
- ③②のなすを素揚げする。
- ④①に③を漬け冷蔵庫で冷やす。
- ⑤みぶなをさっと塩茹でする。
- ⑥器に④を盛り、みぶなを添える。

## 4. 手まり麩のすまし汁 (GC13B)

【材料】：1人分

手まり生麩	10g
三つ葉	5g
◆塩	0.4g
◆薄口醤油	2g
ゆず皮	1g

【作り方】

- ①三つ葉は茹でて、結び三つ葉にする。
- ②鍋に◆の調味料とだし汁を入れてすまし汁を作る。
- ③お椀に手まり生麩と結び三つ葉を入れて、すまし汁を注ぎ最後にゆず皮を乗せる。