

給食サービス特選レシピ

高齢者のおやつは、栄養補給、水分補給、そして食事の楽しみとして重要な役割があります。ミルクくずもちは、噛みやすく飲みこみやすい食べ物で、消化もよいので、是非作って食べてみて下さい。

監修：栄養士 越川



作り方

- ① 寒天は1ℓの水で溶き、火にかけ、かき混ぜながら2～3分沸騰させる。
- ② 片栗粉に牛乳と砂糖を加えて溶き、①に加え中火にかけながら木べらで良く混ぜ合わせ、しっかり練る。
- ③ ②をバットに移し、粗熱をとってから冷蔵庫で冷やす。
- ④ スプーンですくって器に盛りジャムをかける。

