

# 【 ふんわり蒸し用ソース 】 レシピ2回分（嚙下調整食3）

## ～しょうゆあん～

### 材料

- ・しょうゆ……………6g
  - ・みりん……………4g
  - ・だし汁……………120g
  - ・片栗粉……………4g
  - ・水……………10g
- } ★

## ～クリームソース～

### 材料

- ・牛乳……………120g
  - ・塩……………1g
  - ・有塩バター……………6g
  - ・こしょう……………少々
  - ・コンソメスープの素……………1.2g
  - ・片栗粉……………8g
  - ・水……………10g
- } ★

## ～トマトソース～

### 材料

- ・ケチャップ……………30g
  - ・砂糖……………2g
  - ・コンソメスープの素……………1g
  - ・塩……………0.4g
  - ・有塩バター……………4g
  - ・水……………120g
  - ・片栗粉……………6g
  - ・水……………10g
- } ★

## ～味噌あん～

### 材料

- ・味噌……………12g
  - ・砂糖……………4g
  - ・酒……………10g
  - ・だし汁……………80g
  - ・片栗粉……………6g
  - ・水……………10g
- } ★

### 作り方

- ①★で水溶き片栗粉を作る
- ②残りの調味料を小鍋に入れて火にかけ、ひと煮立ちさせる
- ③①を加えてとろみをつけたら、できあがり！

### ポイント

- ・具材を軟らかく(下と上あごでつぶせる硬さ)煮た、カレーやシチューなどをソースとして使用できます。