

和風ガスパチョゼリー

(スペイン・ポルトガルのスープ)



材料

クリアガー5A・・・・・・・・・・大さじ1
甘酒・・・・・・・・・・200cc
牛乳・・・・・・・・・・100cc
トマト果汁・・・・・・・・・・400cc
塩・・・・・・・・・・微量

作り方

- ① 鍋に甘酒、牛乳を入れ混ぜ合わせ、それにクリアガー5Aを振り込みかき混ぜます。
- ② トマト果汁は50℃位で湯煎しておきます。
- ③ ①を火に掛け静かにかき混ぜながら軽く沸騰させます。
- ④ ③の火を止め約2分静かにかき混ぜ80℃以下にします。
- ⑤ ④に②を加えかき混ぜ最後に塩を加え混ぜ合わせます。
- ⑥ ⑤をお好みの容器に流し固めます。

(トッピングはパセリ・胡椒・オリーブオイル等を使います)

ガスパチョゼリー (嚥下可)

(スペイン・ポルトガルのスープ)



材料

クリアガー5A・・・・・・・・・・大さじ半
水・・・・・・・・・・200cc
トマト(湯むき)・・・・・・・・・・2~3ヶ 約250g
きゅうり・・・・・・・・・・1本 約100g
タマネギ・・・・・・・・・・半分 約100g
ピーマン・・・・・・・・・・1ヶ(パプリカでも可) 約30g
パン粉・・・・・・・・・・半カップ 約20g
ワインビネガー・・・・・・・・・・50cc
オリーブオイル・・・・・・・・・・25cc
ニンニク・・・・・・・・・・1片
胡椒・・・・・・・・・・適宜
塩・・・・・・・・・・微量

作り方

- ① 鍋に水を入れクリアガー5Aを振り込みかき混ぜます。
- ② ミキサーに野菜・パン粉・オイル・ビネガーを入れピューレを作り50℃位で湯煎しておきます。(約580g)
- ③ ①を火に掛け静かにかき混ぜながら沸騰させます。
- ④ ③の火を止め約2分静かにかき混ぜ80℃以下にします。
- ⑤ ④に②を加えかき混ぜ最後に胡椒と塩を加え味を調えます。
- ⑥ ⑤をお好みの容器に流し固めます。
(トッピングはパセリ等を使います)

かぼちゃ寄せ



材料（10人分）

クリアガー5A	大きじ1
砂糖	大きじ1
豆乳	400cc
かぼちゃ	400g
塩	少々

作り方

下ごしらえ

かぼちゃをお好みの出汁で柔らかく煮て、熱いうちにざくざくとつぶしておきます。

- ① クリアガー5Aと砂糖を乾いた器に入れかき混ぜておきます。
- ② 豆乳を鍋に入れ①を加えかき混ぜます。
- ③ ②を火に掛け木へらで鍋底をすくうように静かにかき混ぜ軽く沸騰させます。
- ④ ③を弱火にしてかぼちゃを加えかき混ぜ全体がなじんだら塩を入れかき混ぜます。
- ⑤ お好みの容器に入れ固めます。

お召し上がる際は器にかぼちゃ寄せを盛り、お好みの出汁を入れワサビを添えます。

すずしろりんごゼリー



材料

クリアガー5A・・・・・・・・・・・・・大きじ1杯
砂糖・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・大きじ2～4杯
りんご果汁・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・300cc
大根おろし・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・200g
水・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・100cc
塩・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・少々

作り方

- ① クリアガー5Aと砂糖を計り乾いた器に入れ混ぜ合わせます。
- ② 鍋に大根おろしと水を入れ①を加えかき混ぜます。
- ③ ボウルにりんご果汁を入れ湯煎します。
- ④ ②を火に掛けかき混ぜながら沸騰させます。
- ⑤ ④の火を止め約60秒静かにかき混ぜ80℃以下にしてから③と塩を加え混ぜ合わせ容器に流し固めます。

* 嚙下用としてのふろふき大根としてもおもしろいです。

味噌たれ

味噌50g・砂糖50g・水大きじ3杯・クリアガー5A微量・ゆず適宜
砂糖とクリアガー5Aを混ぜ水に入れかき混ぜ沸騰させ弱火にして味噌を入れ1～2分かき混ぜて火を消します。
お召し上がる際に柚をトッピングします。

トマトミルクスープゼリー (嚥下)



材料

- クリアガー5A・・・・・・・・・・大さじ半分
- 牛乳・・・・・・・・・・200cc
- トマト果汁・・・・・・・・・・200cc
- めんつゆ・・・・・・・・・・大さじ1～2（3倍濃縮）
- 塩・・・・・・・・・・微量

作り方

- ① 鍋に甘酒、牛乳を入れ混ぜ合わせ、それにクリアガー5Aを振り込みかき混ぜます。
- ② トマト果汁は50℃位で湯煎しておきます。
- ③ ①を火に掛け静かにかき混ぜながら軽く沸騰させます。
- ④ ③の火を止め約2分静かにかき混ぜ80℃以下にします。
- ⑤ ④に②を加えかき混ぜ最後に塩を加え混ぜ合わせます。
- ⑥ ⑤をお好みの容器に流し固めます。
(トッピングはパセリ・胡椒・オリーブオイル等を使います)

ドリンクゼリー (りんご)



材料

クリアガー5A・・・・・・・・・・小さじ1杯
砂糖・・・・・・・・・・小さじ1杯
りんごジュース・・・・・・・・・・350cc
りんごのすり下ろし・・・・・・・・・・200g
塩・・・・・・・・・・微量

作り方

- ① クリアガー5Aと砂糖を計り乾いた器に入れ混ぜ合わせます。
- ② 鍋にジュースを入れ①を加えかき混ぜます。
- ③ ②を火に掛け沸騰させます。
- ④ ③にすり下ろしりんごと塩を加えかき混ぜます。
- ⑤ ④の火を止め約4分静かにかき混ぜ60℃以下にしてから容器に流し固めます。

*生りんごを使用する場合はボウルにレモン果汁小さじ1杯を入れ、その中にすり下ろします。

ドリンクゼリー (ほうじ茶)



材料

クリアガー5A・・・・・・・・・・大さじ半杯

砂糖・・・・・・・・・・大さじ1～3杯

ほうじ茶葉・・・・・・・・・・大さじ3～5杯

抽出方法 (鍋に水500ccを入れ沸騰させ火を消して茶葉を入れ約1分浸出させます。その後、茶こしで漉し冷却して400ccを確保します。)

塩・・・・・・・・・・微量

作り方

- ① クリアガー5Aと砂糖を計り乾いた器に入れ混ぜ合わせます。
- ② 鍋にほうじ茶の半量を入れ①を加えかき混ぜます。
- ③ ②を火に掛けかき混ぜながら沸騰させます。
- ④ ③を弱火にして残りのほうじ茶を入れかき混ぜます。
- ⑤ ④の火を止めお好みの容器に流し固めます。

ロースハム・テリーヌ



材料（10人分）

クリアガー5A	．．．．．	大さじ1杯半
牛乳	．．．．．	400cc
生クリーム	．．．．．	200cc
ロースハム	．．．．．	100～150g
胡椒	．．．．．	少々
塩	．．．．．	少々

作り方

- ① 鍋に牛乳（半量）とロースハム（細かく切る）を入れ加熱します。粗熱をとりミキサーに入れキメが細くなるまで攪拌します。
- ② ①を鍋に戻し牛乳（残量）を加え、クリアガー5Aを振り入れかき混ぜます。
- ③ ボウルに生クリームを入れ角が出る様かき混ぜます。
- ④ ②を火に掛け木へらで静かにかき混ぜ沸騰させます。
- ⑤ ③に④を入れ空気をふくませる様に2分位かき混ぜます。
- ⑥ ⑤に胡椒・塩・を加えかき混ぜバットに流し固めます。
- ⑦ ⑥をお好の大きさにカットし盛り付けます。

トッピング

お好みで胡椒・レモン汁・オリーブオイル等を使用します。

鮭のテリーヌ



材料（10人分）

- クリアガー5A・・・・・・・・・・大さじ1杯半
- 牛乳・・・・・・・・・・400cc
- 生クリーム・・・・・・・・・・200cc
- 鮭フレーク・・・・・・・・・・100～120g（スモークサーモン）
- 胡椒・・・・・・・・・・少々
- 塩・・・・・・・・・・少々

作り方

- ① ミキサーに牛乳（半量）に鮭を入れキメが細くなるまで攪拌します。
- ② ①を鍋に戻し牛乳（残量）を加え、クリアガー5Aを振り入れかき混ぜます。
- ③ ボウルに生クリームを入れ角が出る様かき混ぜます。
- ④ ②を火に掛け木しゃくで静かにかき混ぜ沸騰させます。
- ⑤ ③に④を入れ空気をふくませる様に3分位かき混ぜます。
- ⑥ ⑤に胡椒・塩・を加えかき混ぜバットに流し固めます。
- ⑦ ⑥をお好の大きさにカットし盛り付けます。

トッピング

お好みで胡椒・レモン汁・オリーブオイル等を使用します。

枝豆の冷製スープゼリー

(嚥下用)



材料

クリアガー5A・・・・・・・・・・大さじ半分

昆布出汁・・・・・・・・・・200cc

(水1ℓに昆布10gと酒少々を入れ約2時間おき火に掛け沸騰寸前に昆布を取り出す)

枝豆・・・・・・・・・・1カップ(さやつきで約400g)

おぼろ豆腐・・・・・・・・・・200g(30分位水切りします)

塩こうじ・・・・・・・・・・大さじ半分

作り方

- ① 鍋に出汁を入れクリアガー5Aを少しずつ振り入れかき混ぜます。
 - ② 枝豆と豆腐はミキサーで攪拌します。
 - ③ ①を火に掛け沸騰させてから、弱火にして②を加えかき混ぜ、最後に塩こうじを加えます。
 - ④ ③をお好みの容器に流し込み固めます。
- * 残った昆布は佃煮にして下さい。

材料

昆布約50g(一口サイズにカット)・酒300cc・鰹の削り節10g・砂糖小さじ1・水飴大さじ1・醤油大さじ1・塩一つまみ。

作り方

鍋に酒と砂糖と昆布と削り節を入れ弱火で約30分煮て昆布が柔らかになったら水飴を入れ溶けてから塩を加え味を調べ、最後に醤油を回し入れ調味液が無くなるまで煮詰めます。

爽やかな

トマトクリームムース



材料（10人分）

クリアガー5A	大さじ1杯半
牛乳	300cc
生クリーム	200cc
トマトジュース	190cc
塩	少々
胡椒	少々

作り方

- ① 牛乳を鍋に入れクリアガー5Aを振り入れかき混ぜます。
- ② ボウルに生クリームを入れ角が出る様にかき混ぜます。
- ③ トマトジュースは40℃位で湯煎しておきます。
- ④ ①を火に掛け木しゃくで静かにかき混ぜ軽く沸騰させます。
- ⑤ ②に④を入れ空気をふくませる様に2分位かき混ぜ、更に③を加えかき混ぜます。
- ⑥ ⑤に塩・胡椒を加えかき混ぜバットに流し固めます。
- ⑦ ⑥をお好の大きさにカットし盛り付けます。