

医療・介護・福祉のための  
メデイカルそうざし

# ♪ 簡単調理 減塩・美味

袋のまま加熱するだけ。  
やわらかくて食べやすい  
煮物できました。

蒸野菜の  
やわらか煮  
シリーズ

## 減塩 & 美味の秘訣

かつお・しいたけ・昆布からとった八方だしの旨味で、  
塩分控えめでもしっかりとした美味しさを実現しました。

※減塩=可食部 100g 中、塩分相当量が 1g 以下

料理を食べる人にも、  
つくる人にも“やさしさ”を。  
容易にかめる硬さです。



蒸かぼちやの  
やわらか煮(皮なし)

蒸かぼちやの  
やわらか煮(皮付)

蒸人参の  
やわらか煮

蒸かぶの  
やわらか煮

蒸大根の  
やわらか煮

蒸さつまいもの  
やわらか煮

※ 荷姿：全て共通 500g×20

## 調理方法

### スチームコンベクション調理

凍ったままの製品を袋ごと  
スチームコンベクションで加熱してください。

### 湯煎調理

凍ったままの製品を袋ごと  
沸騰した湯に入れ、加熱してください。

加熱時間の目安 | スチームモード100℃で加熱

かぼちゃ(皮なし)	約20分	かぼちゃ(皮付)	約30分
人参	約15分	かぶ	約13分
大根	約15分	さつまいも	約8分

加熱時間の目安 | 再沸騰後 約00分

かぼちゃ(皮なし)	約15分	かぼちゃ(皮付)	約17分
人参	約5分	かぶ	約3分
大根	約5分	さつまいも	約5分

- 加熱後、自然放冷せず、必ず冷水で室温まで冷却してください。(冷却により煮くずれを防ぎ、素材に味をしみこませます。)
- 加熱時間はご使用の設備やご希望の柔らかさに合わせて調整してください。

