

お肉やわかハヤシライス

翌日の昼食に肉を使用する場合は、前日午後に仕込みます

ハヤシライス(167人分)の肉の仕込み

●用意するもの

牛肉.....10kg

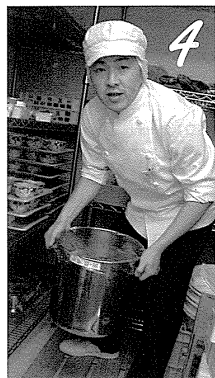
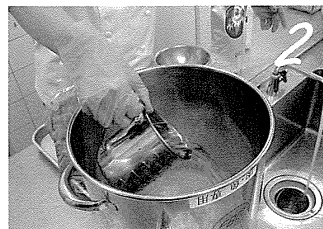
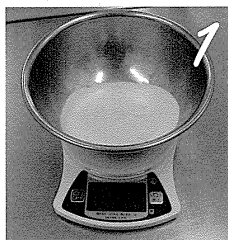
ヴィネッタ.....100g

水.....5ℓ

寸胴、ボウル、はかり、計量カップ



ボウルに
ヴィネッタを入れて計量する
計量カップで水を量り、寸胴に張り、
ヴィネッタを入れてよく溶かす



牛肉を入れて、
軽く煮せる

ラップをして
冷蔵庫で一晩浸漬する

「普通、魚は冷めてしまうとバサバサになるのですが、『ヴィネッタ』でやわらかくした魚はそうならず、冷めてもしつとりと食べやすいままです」と、管理栄養士の猪俣知子さんは語る。

確かに、魚料理は食べているうちに冷めてしまいがち、バサバサになって食べにくくなるのだ。しかし、『ヴィネッタ』を使った魚であれば、しつとりとバサつかず、以前より魚がおいしくなったと入所者に好評だという。

アレルゲンフリーで、酵素を含んでいないことから、温度・時間管理が簡単なのも特長の1つだ。

今後さまざまな形で『ヴィネッタ』を活用し、フードサービスの質の向上を図っていききたいと、佐藤さんと猪俣さんは口をそろえる。

● 焼き上がりがつとり 冷めてもジューシーなまま

「ヴィネッタ」の主原料は、ぶどう果汁。使い方は、『ヴィネッタ』を水に溶かして2〜4%の溶液をつくり、そこに肉や魚を30分から一晩浸漬するだけ。簡単に食材をやわらかくできる。その理由は、『ヴィネッタ』に含まれる有機酸など。それらが肉のpHを弱酸性(pH5.5付近)から中性(pH6〜7付近)にするため、肉の水和力が高まり、加熱時の肉のたんぱく質の凝縮を抑えてくれる。結果、肉の焼き縮みが少なく、やわらかく仕上がるのだ。実際、当日に提供された肉うどんを試食してみたが、肉を口に入れた瞬間に溶けるようなやわらかさで、非常においしく食べやすい。

New Cooking Report

肉や魚をやわらかく 高齢者にうれしい調理のひと工夫

ハヤシライスやビーフカレー、サバのみそ煮などの煮込み料理は

いつでも高齢者に人気のメニュー。

でも、長時間じっくりと煮込まなければ肉が十分にやわらかくならないと、

マンパワー不足のなかで悩む人も多いのでは？

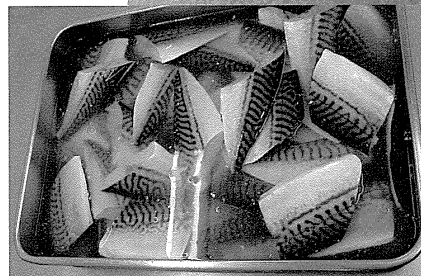
ここではそんな悩みに答える、簡単に肉や魚をやわらかくできる「技」を紹介します



当日の昼食で提供された
肉うどん。
肉がしつとりとやわらかい



広々とした茶畑の中に建つ杏樹苑と。
今回「ヴィネッタ」の紹介をしていただいたスタッフ。
右より、栄養係長の佐藤千佳さん、調理師の勝本純正さん、
管理栄養士の猪俣知子さん



当日の夕飯は
サバの文化干し。
取材に訪れたときには
すでに「ヴィネッタ」溶液に
漬けてあった



● 肉が硬いという声に やわらかくする方法を模索

埼玉県人間市、茶畑が広がる緑豊かな環境の中にある特別養護老人ホーム杏樹苑。入所定員62名(うち短期入所12名)、デイサービス定員30名の同苑は、「家庭の温もり、デイサービスの心」をこつとしたサービスを提供し、すべての人のご満足にお応えしてまいりますという方針のもと、個人を尊重する介護を実践している。

ある月曜日の午後2時、調理師の勝本純正さんは下処理室に入り、プラスチック容器の中の粉を計量し始めた。「肉1kgに対して溶液500gが目安です」と、計算する勝本さん。実はこのとき、翌日のお昼に提供するハヤシライスの下ごしらえをしていたのだ。洋食好きで高齢者に大好評のハヤシライスだが、加齢などによって咀嚼力が落ちてきている人も少なくないため、使用する肉はできるだけやわらかく調理することが望まれる。しかし、咀嚼力の低下した高齢者に適したやわらかさまで煮込んでいくには、かなり時間がかかり、現実には難しい。そこで、同苑ではこの問題を解決すべく、約1年前から肉や魚介類をやわらかくする調味料「ヴィネッタ」(販売代理店・内外マシーナリー(株))を導入。肉や魚料理のすべてに使用している。

「当時、苑内の給食会議で『肉が硬い』という入所者さまの声が上がっており、課題となっていました」と、栄養係長の佐藤千佳さん。肉をやわらかくする方法を調べていたところ、あるメーカーの紹介で「ヴィネッタ」を知ったという。