



～ひなまつりMENU～

- ちらし寿司 P.1
- 菜の花の辛子あえ P.2
- たけのこの土佐煮 P.2
- うしお汁 P.3
- 桜餅（道明寺） P.4

～お彼岸MENU～

- ぼたもち P.5

～春にぴったりMENU～

- 春野菜の肉じゃが P.6
- いちご P.7



# ちらし寿司

栄養成分（1人分）※参考

エネルギー  
149 kcal

たんぱく質  
6.1 g

調理時間

50分

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

《酢飯》 おかゆ（五分かゆ）	温かい 600 g
すし酢	60 ml
水	100 ml
まとめるこeasy	6 g
《錦糸卵》 厚焼き卵	温かい 100 g
お湯	100 ml
まとめるこeasy	1.2 g
《しいたけ甘辛煮》 しいたけ甘辛煮	温かい 60 g
お湯	60 ml
まとめるこeasy	0.7 g
《えび》 むきえび（ゆでたもの）	常温 50 g
冷水	50 ml
まとめるこeasy	1.5 g
《さやえんどう》 さやえんどう（ゆでたもの）	温かい 20 g
お湯	20 ml
まとめるこeasy	0.2 g

## ●つくり方

《酢飯》

- 1 水にまとめるこeasyを溶かし、膨潤させます。
- 2 鍋におかゆ（五分かゆ）を入れ、その中に1を加えてさっくりとかき混ぜます。
- 3 火にかけて80℃以上に加熱し、火を止めてからすし酢を加えて混ぜ合わせます。
- 4 バット等に流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。

《錦糸卵》

- 5 厚焼き卵とお湯をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 6 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 7 バット等に流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。  
5mmの棒状に切ります。

《しいたけ甘辛煮》

- 8 しいたけ甘辛煮とお湯をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 9 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 10 バット等に流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。  
長さ4cmの細切りにします。

《えび》

- 11 むきえび（ゆでたもの）と冷水をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 12 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 13 バット等の上でむきえびの形に整えます。  
冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。

《さやえんどう》

- 14 さやえんどうとお湯をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 15 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 16 バット等に流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。  
適当な大きさに切ります。

- 17 器に4（酢飯）の半量を盛り付け、10（しいたけ甘辛煮）の半量を散らします。  
残りの4（酢飯）を全体にのせ、7（錦糸卵）、残りの10（しいたけ甘辛煮）、13（えび）、  
16（さやえんどう）を盛り付けます。

# 菜の花の辛子あえ

栄養成分（1人分）

エネルギー  
18 kcal

たんぱく質  
1.5 g

調理時間

**15分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

温かい

菜の花（ゆでたもの）	100 g
お湯	100 ml
まとめるこeasy	1.2 g
《辛子しょうゆ》 しょうゆ	15 ml
練りからし	小さじ2/3
水	45 ml
つるりんこQuickly	3.5 g

## ●つくり方

- 1 菜の花（ゆでたもの）とお湯をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 3 バット等に流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。2cm角に切ります。
- 4 しょうゆ、練りからし、水をよく混ぜ合わせ、つるりんこQuicklyを加えて15秒程度かき混ぜます。
- 5 3（菜の花）と半量の4（辛子しょうゆ）を混ぜ合わせます。
- 6 器に5を盛り付け、残りの4（辛子しょうゆ）をかけます。

# たけのこ土佐煮

栄養成分（1人分）

エネルギー  
40 kcal

たんぱく質  
2.0 g

調理時間

**20分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

温かい

たけのこ（ゆでたもの）	150 g
しょうゆ	18 ml
酒	23 ml
みりん	27 ml
水	200 ml
だし汁	150 ml
まとめるこeasy	3.5 g

## ●つくり方

- 1 たけのこ（ゆでたもの）を一口大に切り、材料Aと共に鍋に入れ、火にかけます。落しぶたをして煮汁がなくなるまで弱火で煮ます。
- 2 1と温かいだし汁をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 3 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 4 バット等に流し入れて、冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。
- 5 4をたけのこの形に切り、器に盛り付けます。

※お好みでかつお節をかけます。食べる時はのどに貼りつかないように、ご注意ください。



# うしお汁

栄養成分（1人分）

エネルギー  
26 kcal

たんぱく質  
2.6 g

調理時間

20分

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

《下準備》

はまぐり

※身が合計40gとれるように  
個数を調整してください。

8個

だし汁

約650 ml

《はまぐり》

温かい

《下準備》はまぐりの身

40 g

《下準備》だし汁

40 ml

まとめるこeasy

0.5 g

《すまし汁》

《下準備》だし汁

600 ml

うす口しょうゆ

10 ml

塩

少々

つるりんこQuickly

12 g

## ●つくり方

《下準備》

- 鍋に、はまぐりとだし汁を入れて煮ます。  
はまぐりは殻から身ははずし、殻は残しておきます。

《はまぐり》

- 1のはまぐりの身40gと温かい1のだし汁40mlをなめらかになるまでミキサーにかけます。
- まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- バット等に流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。

《すまし汁》

- 1のだし汁600mlを煮立たせ、うす口しょうゆと塩で調味します。  
つるりんこQuicklyを加えて15秒程度かき混ぜます。
- はまぐりの殻に4（はまぐり）をスプーンですくってのせ、器に入れます。  
5（すまし汁）を注ぎます。

※お好みで木の芽を飾ります。食べる時には取り除いてください。



# 桜餅 (道明寺)

## 栄養成分 (1個分)

エネルギー  
35 kcal

たんぱく質  
0.5 g

## 調理時間

25分

かためる時間は除く



## ●材料 (4個分)

《あん》	温かい
さらしあん	4 g
砂糖	10 g
水	30 ml
まとめるこeasy	0.2 g
《もち》	温かい
おかゆ (五分かゆ)	160 g
砂糖	6 g
食用色素	適量
まとめるこeasy	1.3 g
桜の葉の塩漬け	4 枚

## ●つくり方

### 《あん》

- 1 さらしあん、砂糖、水 (15ml) をよく混ぜ合わせます。
- 2 鍋に水 (15ml) とまとめるこeasyを入れて混ぜ合わせ、1を加えてよく混ぜ合わせます。
- 3 焦げないように混ぜながら、中火にかけ、ひと煮立ちさせます。
- 4 バット等に流し入れ、冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。

### 《もち》

- 5 鍋におかゆ、砂糖、食用色素を入れて、混ぜ合わせます。  
まとめるこeasyを加えてさらによく混ぜてから火にかけ、ひと煮立ちさせます。
- 6 あら熱が取れるまで冷まします。
- 7 ラップを広げ、6 (もち) を直径約10cmの円状に広げ、4 (あん) をスプーンですくってのせて包みます。4個作ります。
- 8 冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。
- 9 8が固まったら、桜の葉で包みます。

※桜の葉は、食べる時に取り除いてください。

# ぼたもち

栄養成分（1個分）

エネルギー  
34 kcal

たんぱく質  
0.5 g

調理時間

**20分**

かためる時間は除く



## ●材料（4個分）

《あん》	温かい
こしあん	100 g
砂糖	20 g
水	100 ml
まとめるこeasy	1.3 g
《もち》	温かい
おかゆ（五分かゆ）	120 g
砂糖	10 g
まとめるこeasy	1.3 g

## ●つくり方

《あん》

- 1 鍋にこしあん、砂糖、水、まとめるこeasyを入れてよく混ぜ合わせます。
- 2 焦げないように混ぜながら、中火にかけ、ひと煮立ちさせます。
- 3 バット等に流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。全体的にほぐします。

《もち》

- 4 鍋におかゆ、砂糖、まとめるこeasyを入れてよく混ぜ合わせます。火にかけ、ひと煮立ちさせます。
- 5 バット等に流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。
- 6 ラップを広げ、3（あん）を直径約8cmの円状に広げ、5（もち）をスプーンですくってのせて包みます。4個作ります。



# 春野菜の肉じゃが

栄養成分（1人分）※参考

エネルギー  
286 kcal

たんぱく質  
13.0 g

調理時間

**50分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

《豚肉》	温かい
豚薄切り肉（取り分け※）	140 g
だし汁	140 ml
まとめるこeasy	1.4 g
《じゃがいも》	温かい
新じゃがいも（取り分け※）	240 g
だし汁	360 ml
まとめるこeasy	7.8 g
《たまねぎ》	温かい
新たまねぎ（取り分け※）	100 g
だし汁	100 g
まとめるこeasy	1 g
《にんじん》	温かい
にんじん（取り分け※）	80 g
だし汁	80 ml
まとめるこeasy	0.8 g
《さやえんどう》	温かい
さやえんどう（ゆでたもの）	20 g
だし汁	20 ml
まとめるこeasy	0.2 g
《煮汁》	
煮汁（取り分け※）	190 ml
つるりんこQuickly	4 g

※肉じゃがから取り分けた材料を使用します。

## ●つくり方

- 1 肉じゃがから、豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、煮汁を取り分けます。  
《豚肉、たまねぎ、にんじん、さやえんどう》
- 2 豚肉（取り分け）と温めただし汁をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 3 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 4 バット等に流し入れ、常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。薄切りにします。
- 5 たまねぎ（取り分け）、にんじん（取り分け）、さやえんどう（ゆでたもの）も同様に作ります。  
たまねぎは薄切り、にんじんは一口大、さやえんどうはさやえんどうの形に切ります。
- 6 《じゃがいも》  
じゃがいも（取り分け）と温めただし汁をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 7 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 8 バット等に流し入れ、冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。  
一口大に切ります。
- 9 《煮汁》  
煮汁（取り分け）につるりんこQuicklyを入れ、15秒程度かき混ぜます。
- 10 器に4（豚肉）、5（たまねぎ、にんじん、さやえんどう）、8（じゃがいも）を盛り付け、9（煮汁）をかけます。

# いちご

## 栄養成分（1人分）

エネルギー  
34 kcal

たんぱく質  
0.5 g

## 調理時間

**10分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

常 温

いちご	200 g
グラニュー糖	15 g
まとめるこeasy	6 g

## ●つくり方

- 1 いちごのへたを取ります。  
いちごとグラニュー糖をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 3 裏ごしします。
- 4 バット等に流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。
- 5 器に4をスプーンですくって盛り付けます。

※お好みで練乳をかけます。

- まとめるこeasyは温かい料理だけでなく、冷たい・常温の料理もまとめることができます。各レシピには、下記のアイコンをつけています。

冷たい～常温で作るレシピ **常 温**

65℃以上で作るレシピ **温かい**

- お湯、温めだし汁等を使用する **温かい** のアイコンがついたレシピは、ミキサー内の温度が **65℃以上** になるように、食材やお湯、だし汁は熱いものを用意してください。
- 食材の水分量などによってかたさが変わります。お好みでまとめるこeasyの量を調整してください。
- ガラス製のミキサーにいきなり熱いものを入れると割れることがありますので、事前にお湯をはって温めてからご使用ください。



森永乳業グループ病態栄養部門  
株式会社 クリニコ

〒153-0063 東京都目黒区目黒4-4-22  
ホームページ <http://www.clinico.co.jp>



0120-52-0050



まとめるこeasyで作る  
やわらか食レシピ



～七夕MENU～

- ・ そうめん P.1
- ・ なすと鶏肉の揚げびたし P.2
- ・ 水ようかん P.3

～土用の丑の日MENU～

- ・ うな重 P.4
- ・ 冷製冬瓜のカニあんかけ P.5
- ・ 白菜の漬物 P.6
- ・ お吸い物 P.6
- ・ すいか白玉風 P.7



# そうめん

## 栄養成分（1人分）

エネルギー  
187 kcal

たんぱく質  
6.2 g

## 調理時間

**40分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

《そうめん》	温かい
そうめん（乾麺）	140 g
湯	400 ml
まとめるこeasy	7 g
《卵》	温かい
炒り卵	卵1個分
湯	50 ml
まとめるこeasy	0.6 g
《にんじん》	温かい
にんじん（ゆでたもの）	50 g
湯	50 ml
まとめるこeasy	0.5 g
《きゅうり》	常温
きゅうり	50 g
水	25 ml
まとめるこeasy	2 g
《そうめんのつゆ》	
めんつゆ（三倍濃縮）	60 ml
水	180 ml
つるりんこQuickly	12 g

## ●つくり方

- 《そうめん》
  - 1 そうめん（乾麺）はゆでて冷水で洗い、水気を切ります。（ゆでた後は約400 g）そうめんと湯をなめらかになるまでミキサーにかけます。
  - 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
  - 3 バットなどに流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。
- 《卵・にんじん》
  - 4 炒り卵と湯をなめらかになるまでミキサーにかけます。
  - 5 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
  - 6 バットなどに流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。
  - 7 にんじん（ゆでたもの）も同様に作ります。それぞれ、型で抜きます。
- 《きゅうり》
  - 8 きゅうりと水をなめらかになるまでミキサーにかけます。
  - 9 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
  - 10 バットなどに流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。型で抜きます。
- 《そうめんのつゆ》
  - 11 めんつゆと水を混ぜ合わせます。つるりんこQuicklyを加えて15秒程度かき混ぜます。
  - 12 器に11（そうめんのつゆ）を流し入れます。
    - 3（そうめん）をその上に盛り付けて、細い切り込みを入れます。
    - 7（卵・にんじん）、10（きゅうり）を盛り付けます。



# なすと鶏肉の揚げびたし

栄養成分（1人分）

エネルギー  
176kcal

たんぱく質  
8.3g

調理時間

45分

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

《鶏肉》	温かい
鶏むね肉（皮なし）	120 g
薄力粉	適量
揚げ油	適量
だし汁	100 ml
まとめるこeasy	1 g
《なす》	温かい
なす	3本
揚げ油	適量
だし汁	100 ml
まとめるこeasy	1.5 g
《おくら》	温かい
おくら	50 g
揚げ油	適量
だし汁	50 ml
まとめるこeasy	1 g
《調味液》	
しょうがのすりおろし	2 g
水	100 ml
しょうゆ	10 g
みりん	10 g
塩	0.5 g
つるりんこQuickly	4 g

## ●つくり方

- 1 《鶏肉》  
鶏むね肉は一口大に切り、薄力粉をまぶして揚げます。
- 2 1を100gと温かいだし汁をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 3 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 4 バットなどに流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。スプーンで丸くすくいます。
- 5 《なす》  
なすは縦に4等分に切って素揚げし、身（100g）と皮に分けます。皮は盛り付け用にとっておきます。
- 6 5のなすの身100gと温かいだし汁をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 7 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。  
バットなどに流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。
- 8 細長く切り、取り分けておいたなすの皮をのせます。
- 9 《おくら》  
おくらは素揚げします。
- 10 9のおくらと温かいだし汁をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 11 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 12 星口金をつけた絞り袋に入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。絞り出します。
- 13 《調味液》  
調味液の全材料を沸騰直前まで温め、つるりんこQuicklyを加えて15秒程度かき混ぜます。
- 14 器に4（鶏肉）、8（なす）、12（おくら）を盛り付け、13（調味液）をかけます。

※なすの皮は食べる時に取り除いてください。

# 水ようかん

## 栄養成分（1人分）

エネルギー  
82 kcal

たんぱく質  
3.9g

## 調理時間

**10分**  
かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

温かい

こしあん	160 g
湯	180 ml
砂糖	20 g
まとめるこeasy	1.1 g

## ●作り方

- 1 こしあん、湯、砂糖をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 3 バットなどに流し入れて、冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。
- 4 3を4等分に切り、盛り付けます。



# うなぎ重

## 栄養成分（1人分）

エネルギー	たんぱく質
205 kcal	12.3 g

## 調理時間

**30分**  
かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

《うなぎの蒲焼き》	温かい
うなぎの蒲焼き	200 g
湯	200 ml
まとめるこeasy	2.4 g
《おかゆ》	温かい
おかゆ（五分かゆ）	600 g
湯	150 ml
まとめるこeasy	6 g

## ●つくり方

### 《うなぎの蒲焼き》

- 1 うなぎの蒲焼きとお湯をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 3 ラップを広げ1/4量をのせ、うなぎの蒲焼きの形に整えて、常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。4枚作ります。

### 《おかゆ》

- 4 水にまとめるこeasyを溶かし、膨潤させます。
- 5 鍋におかゆを入れ、その中に4を入れ、さっくりとかき混ぜます。
- 6 火にかけ、80℃以上に加熱します。
- 7 器に流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。
- 8 7（おかゆ）の上に3（うなぎの蒲焼き）を盛り付けます。

※お好みで木の芽を飾ります。食べる時には取り除いてください。

# 冷製 冬瓜のカニあんかけ

## 栄養成分（1人分）

エネルギー  
38 kcal

たんぱく質  
2.9 g

## 調理時間

**30分**  
かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

《冬瓜》	温かい
冬瓜（正味）	350 g
だし汁	500 ml
みりん	小さじ2
塩	小さじ1/3
まとめるこeasy	2.7 g
《カニ》	常温
カニ（缶詰）	50 g
水	50 ml
まとめるこeasy	1.5 g
《あん》	
煮汁（冬瓜から取り分け）	200 ml
つるりんこQuickly	4 g

## ●つくり方

- 《冬瓜》  
1 冬瓜は一口大に切って下ゆでします。  
鍋に下ゆでした冬瓜、だし汁、みりん、塩を入れて約10分煮ます。  
煮た冬瓜は300g用意し、煮汁は冬瓜用（150ml）とあん用（200ml）に分けます。
- 2 冬瓜と温かい煮汁150mlをなめらかになるまで、ミキサーにかけます。
- 3 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 4 バットなどに流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。  
一口大に切ります。
- 《カニ》  
5 カニ（缶詰）と水をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 6 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 7 バットなどに流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。  
細切りにします。
- 《あん》  
8 取り分けておいたあん用の煮汁200mlにつるりんこQuicklyを加えて15秒程度かき混ぜます。
- 9 器に4（冬瓜）、7（カニ）を盛り付け、8（あん）をかけます。



# 白菜の漬物

## 栄養成分（1人分）

エネルギー  
7 kcal

たんぱく質  
0.4g

## 調理時間

**10分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

常温

白菜の漬物	100 g
水	100 ml
まとめるこeasy	6 g

## ●つくり方

- 1 白菜の漬物と水をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 3 ラップを敷いたバットなどに流し入れて、漬物の葉の感じができるようにラップにシワを寄せながら、筒状になるように形を整えます。  
冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。
- 4 器に3を4等分に切り、盛り付けます。

※お好みで赤唐辛子の輪切りをのせます。食べる時には取り除いてください。

# お吸い物

## 栄養成分（1人分）

エネルギー  
23 kcal

たんぱく質  
1.7g

## 調理時間

**20分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

温かい

《はんぺん》 はんぺん	40 g
だし汁	40 ml
まとめるこeasy	0.5 g
《つゆ》 だし汁	600 ml
うす口しょうゆ	小さじ2
塩	少々
つるりんこQuickly	12 g

## ●つくり方

- 1 《はんぺん》  
はんぺんと温かいだし汁をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。  
バットなどに流し入れて常温（約20℃）になるまで冷まし、かためます。  
角切りにします。
- 3 《つゆ》  
だし汁を煮立たせ、うす口しょうゆと塩で調味します。  
つるりんこQuicklyを加えて15秒程度かき混ぜます。
- 4 4を器に注ぎ、3（はんぺん）を盛り付けます。

※お好みで三つ葉をのせます。食べる時には取り除いてください。

# すいか白玉風

## 栄養成分（1人分）

エネルギー  
98 kcal

たんぱく質  
0.8g

## 調理時間

**30分**

かためる時間は除く



## ●材料（4人分）

	常温
《すいか》	
すいかの果肉	400 g
まとめるこeasy	12 g
《白玉》	温かい
おかゆ（五分かゆ）	100 g
湯	100 ml
砂糖	10 g
まとめるこeasy	2 g
《シロップ》	
水	150 ml
砂糖	30 g
レモン汁	6 ml
つるりんこQui ckly	9 g

## ●つくり方

### 《すいか》

- 1 すいかをなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 2 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 3 バットなどに流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。一口大に切ります。

### 《白玉》

- 4 温かいおかゆ、湯、砂糖をなめらかになるまでミキサーにかけます。
- 5 まとめるこeasyを加えてさらに30秒～1分ミキサーにかけます。
- 6 バットなどに流し入れて冷蔵庫でかたさが安定するまで冷やしかためます。スプーンなどで丸くくりぬきます。

### 《シロップ》

- 8 水、砂糖、レモン汁を混ぜ合わせます。つるりんこQui cklyを加えて15秒程度かき混ぜます。
- 9 器に3（すいか）と6（白玉）を盛り付け、8（シロップ）をかけます。

※お好みでミントを飾ります。食べる時には取り除いてください。

- まとめるこeasyは温かい料理だけでなく、冷たい・常温の料理もまとめることができます。各レシピには、下記のアイコンをつけています。

冷たい～常温で作るレシピ **常温**

65℃以上で作るレシピ **温かい**

- お湯、温めだし汁等を使用する **温かい** のアイコンがついたレシピは、ミキサー内の温度が**65℃以上**になるように、食材やお湯、だし汁は熱いものを用意してください。
- 食材の水分量などによってかたさが変わります。お好みでまとめるこeasyの量を調整してください。
- ガラス製のミキサーにいきなり熱いものを入れると割れることがありますので、事前にお湯をはって温めてからご使用ください。



森永乳業グループ病態栄養部門  
株式会社クリニコ

〒153-0063 東京都目黒区目黒4-4-22  
ホームページ <http://www.clinico.co.jp>  
☎ 0120-52-0050