

褥瘡委員会 栄養だより

誤嚥対策 調理ポイント

誤嚥を防ぎ、安全に食べるための調理工夫とは？
今月は施設で実践している調理ポイントをご紹介します！



あ！ っと驚く調理テクニック in わかたけ南 調理部

**キ/コのかさ部分は
細かくカットする**

喉への張り付きを防ぐため



**ちくわの焼き目は
ピーラーで剥く**

口内に残りやすいため



**鯉節・刻みのりは
フードプロセッサーで粉碎**

張り付きやすいため



**大豆は皮を取り除き
重曹で柔らかくする**

硬く薄皮があるため



**卵料理は片栗粉を入れて
しっとりさせる**

パサつきやすいため



**ソース類は
とろみをつける**

水分はひくやすいため



他にも…

- ・肉類は酵素液でタンパク質を分解
- ・ハンバーグは豆腐をブレンド
- ・トマトは皮をむいて水気を切る
- ・高野豆腐や切干大根は重曹を入れて煮る

など

栄養価は維持しつつ、
嚥下のリスクを考慮した
安全な食事になるよう
に工夫しています！

