

桜満開！

# 春を感じる彩りレシピ 栄養部

寒い冬が過ぎ去り、心が浮き立つ春がやってきました。

今回は目にも鮮やかな春を感じる美味しい2品をご紹介します。  
ピンク色が綺麗な「桜えび」と春の食材「竹の子」をふんだんに使ったピラフ、桜の香り華やぐ二色ゼリーをぜひ、ご賞味ください。



桜えびのピラフ

〈材料 2合〉		〈作り方〉
米	2合	①玉葱と竹の子はみじん切り、 コンソメは細かく刻む。
桜エビ	大さじ5	②米を研ぎ、ザルにあげておく。
玉葱	50g	③炊飯釜に②とAを入れる。
竹の子(水煮)	50g	2合のラインまで水を入れ、軽く
A 固形コンソメ	1ヶ	混ぜる。
酒	大さじ1	④炊飯器のスイッチを入れる。
塩	0.5g	⑤炊き上がったら全体を混ぜ、
バター	10g	バターとお好みでこしょうを入れる。
こしょう	少々	⑥器に盛り付ける。

〈材料 1ヶ分〉

◆甘酒ゼリー (下部分)  
甘酒 150ml  
粉ゼラチン 1.8g

〈作り方〉

◆甘酒ゼリー  
①耐熱容器に甘酒を入れ、粉ゼラチンを振り入れ、5分置きゼラチンをふやかす。  
②①を500Wの電子レンジで30秒加熱し、粒が残っていないか混ぜながら確認する。  
※溶けるまで15秒追加を繰り返す。  
③耐熱容器の底に氷水を当て、粗熱を取る。  
④カップに入れて冷蔵庫で冷やす。



さくら甘酒ゼリー

◆さくらゼリー (上部分)  
桜の花の塩漬け 2~3ヶ  
甘酒の上澄み液 50ml  
粉ゼラチン 0.6g

◆さくらゼリー

①桜の花の塩漬けを甘酒の上澄み液に5分漬け、塩抜きする。  
②①から桜の花を取り、耐熱容器に入れ、粉ゼラチンを振り入れ、5分置きゼラチンをふやかす。  
③②を500wの電子レンジで30秒加熱し、粒が残っていないか混ぜながら確認する。  
※溶けるまで15秒追加を繰り返す。  
④耐熱容器の底に氷水を当て、粗熱を取る。  
⑤冷やしておいた甘酒ゼリーの上に④を入れる。  
⑥固まってきたら②の塩抜きした桜をゼリーの上に添える。  
⑦冷蔵庫で冷やす。

# 宇部リハビリテーション病院だより

ホームページ

<http://www.ubereha.jp/>

第39号 (2018年4月発行)

医療法人 和同会

宇部リハビリテーション病院

電話番号 0836-51-3111

## 基本理念

患者様の在宅復帰・社会復帰に向けてあらゆる努力をすると共に、障害を持ちながらも、人間らしい生活が送れるよう支援する。



## 患者の権利

- |                   |             |
|-------------------|-------------|
| 1. 良質で安全な医療を受ける権利 | 4. 選択の自由    |
| 2. 自分で決定する権利      | 5. 情報に関する権利 |
| 3. 秘密保持に関する権利     | 6. 尊厳性への権利  |

## 基本方針

1. 日常生活の再構築を目的とした、必要で十分なリハビリテーションを提供する。
2. 専門家として必要な知識と技術の研鑽に努める。
3. 地域・医療機関・施設との連携及び社会資源の活用に努める。
4. 全ての職員が在宅復帰という目標を共有し、リハスタッフとしてチーム医療を実践する。