

2020.2 実演&体験 握りずし



2020.2.18 (月)

食事提供時間 11:45~

握りずし体験：ショートステイあんず 11:00~11:20

デイサービスもも 11:25~11:45

【 献立 】

- ・握りずし(まぐろ2貫・鯛2貫・えび1貫・サーモン1貫・玉子1貫) 醤油1P
- ・筑前煮
- ・白菜と油揚げのマヨ和え
- ・オレンジ

*事前準備したもの：お替り用握りずし・お替り用醤油

<握りずし・体験>

握りずしの作り方の説明を聞き、その後、拳手にて握りずしを作る体験をしました。握るのは皆さん、初めてでした。わかりやすいよう、板前さんと一緒に握りました。ショートは5人、デイサービスでは3名の方が体験されました。

巻き寿司なら、体験してみたいという方も・・・



握り方の説明を受けながら、作ってみました！



自分で握ったおすしもいただきます！！

<食事>

- *「あんず」・・・ お替りは、喜んでほとんどの方がされました。きざみの方も、卵の握りを食べたいと言われスタッフ確認のうえ、お替りされました。満足そうな笑い・・・
- *「もも」・・・ 昨年に比べ、お替りされる方が少なく、用意したお替り分がかなり余りました。お替りに伺うと、昼食の分だけでいっぱい。



<栄養士の感想>

- ・握りのシャリが軟らかく、大きく、ネタはシャリがやや透けるほど、薄めでした。板前さんに聞くと、シャリは20g程度とのこと。昨年(13~15g)より大きい。
- ・今回は、お替りする方が少なく、多く残りました。シャリを小さくネタを大きめにし、お替りしてもらおう。お替り量を減らす等工夫が必要だと思いました。

お替りを
選ぶのも楽しい

