

とうけつがんしんほう  
 こちらは、凍結含浸法を使った、  
 やわらかく飲み込みやすいお節です。

えび、黒豆、寿厚焼き玉子  
 全て凍結含浸法でやわらかく  
 なっています。

朝



凍結含浸法は、酵素の力を使っ  
 て、食材の形を崩さず、硬さを調整する技術です。

1月1日

昼

夕



1月2日

昼

夕



やわらか煮めの作り方

野菜を茹で、冷凍庫で凍らせる

冷蔵庫で解凍する

調味液の中に酵素を溶かす

酵素の入った調味液を野菜に浸み込ませる

冷蔵庫で一昼夜置く

スチームコンベクションで約10分加熱

出来上がり！