



スベラカーゼ／ゼラチン・寒天で ハンバーグを食べやすく！

スベラカーゼでつくる

- ハンバーグ 1人前 130g
(スーパー・コンビニの惣菜)
- スベラカーゼ 4g
※スベラカーゼは総量の1.5%が必要です。130gのハンバーグと熱湯130ccを使用しますので、ここでは、4gのスベラカーゼを使用します。
- つけ合わせの野菜 (適量)

1. ハンバーグと熱湯を1 : 1で混ぜます。(ここでは、ハンバーグ130g + 熱湯130g)
2. スベラカーゼを混ぜます。
3. ブレンダーで、かくはんします。
4. 型に流し込みます。
5. 冷やし固めます。
6. 盛りつけます。つけ合わせ(ポテト・にんじん・ブロッコリーなど)も同じ手順で作ります。

ゼラチン・寒天でつくる

- ハンバーグ 1人前 130g
(スーパー・コンビニの惣菜)
- 粉寒天 4g
- 粉ゼラチン 5g
※市販の顆粒スティック1本の含有量です。上記量から、約400gのゼラチン・寒天ブロックができます。調理する量・内容に合わせて、ブロックを切り取って使用してください。
- つけ合わせの野菜 (適量)

～ゼラチン・寒天のブロックを作る～

1. 375ccの水に粉寒天を入れ、強火にかけます。
2. 沸騰したら火を弱め、2分ほど混ぜます。
3. 鍋を火からおろして粗熱をとり、粉ゼラチンを混ぜ入れます。
4. 容器に流し入れ、常温で粗熱を取ったら冷蔵庫で冷やし固めます。
5. ゼラチン・寒天を固めたブロックを切り取り、ハンバーグに合わせてます。ブロックは、ハンバーグと同量(ここでは130g)を使用します。
6. 電子レンジで温めます。(500wで約5分・700wで約3分)
7. ブレンダーで、かくはんします。
8. 型に流し込みます。
9. 冷やし固めます。
10. 盛りつけます。つけ合わせ(ポテト・にんじん・ブロッコリーなど)も同じ手順で作ります。