

シエフの技で軟らか食

高齢者向けの食事作りに、フランス料理の技法が注目されている。野菜を裏ごししたり、肉をペースト状にしたりしたものが、レストランのメニューや冷凍食品に登場し、料理の本も出版された。軟らかくて食べやすく、見た目もきれいなのが特徴だ。

東京・飯田橋にあるホテルメトロポリタンエドモントのフランス料理店「フォーグレイン」では、ほとんどがまずに食べられる高齢者向けの特別メニューを提供している。昨年6月、胃の切除手術を受けた男性が来店するにあたり、食べやすいメニューを工夫したのがきっかけで、10月から始めたという。

素材はできるだけ軟らかく調理し、肉や魚を煮込んでペースト状にする「リエット」や、野菜を煮て裏ごししたりミキサーにかけて作り「ピューレ」など、もともとあるフランス料理も組み合わせるコースに仕立てた。料理長の石原雅弘さんは、「フランス料理には、かむ力やのみ込む力が弱った高齢者でも食べやすいメニューがたくさんある。特別な日には、家族や友人と同じものを楽しんでもらいたい」と話す。コース料理で、昼4000円、夜5500円。いずれも事前予約が必要だ。



フランス料理を介護食に * 応用し冷凍食品も

(80歳入り609円)や、ホタテやタラ、エビ、牛、豚、鶏肉などをそれぞれペースト状にしたパック入りの商品(各100g、367円)から。 「フランス料理のフェツェ(泡立てる)やエマルジョン(乳化)といった技法を応用し、口溶けのよさ、のどごしのよさを追求した」と同社。単品で食べてもいいが、鶏肉、ニンジン、レンコン、ゴボウを並べ和風のソースをかけて筑前煮風にするといった応用もできるという。

また、フランス料理の技法を取り入れた介護食の作り方を紹介する「新しい介護食・嚥下食レシピ集」(インテルナ出版、3800円税別)も今年1月、出版された。新潟市のフランス料理店シエフ、池上晴樹さんと、新潟医療福祉大准教授の西尾正輝さんが、3年がかりでレシピを完成させた。「パン粥のピューレ」や「スモークサーモンのペースト」「リンゴのジュレ」など、どれも15分から20分ほどでできる料理ばかり。



- ①「おいしく食べていただけるよう、個々のお客様の要望に応じていきたい」と話す料理長の石原さん
- ②高齢者らを対象にした特別コースのメイン料理(手前)と前菜(奥)。ペースト状になっている(東京・飯田橋のレストラン「フォーグレイン」で)＝栗原怜里撮影

暮らし | 家庭

ぷりぷり 聞き上手は「書き上手」

私の職場では、転動する人に「卒業証書」を作り、送別会で贈るのが慣習になっている。笑わせて、泣かせて、感謝の言葉で締めくくると、毎年のことながら作成に頭を悩ませる。

だが今春は、昨年異動してきた先輩が「私こういうの好きだから書きます」と

のを聞いていて、それだけ」と言う。先輩は決して無口な

が多く、落ち着いた先輩が聞き役に徹したのは確かだ。

聞き上手は「書き上手」の方で終わった(岩手県花巻市・岩泉友枝)

森の生態 カルタで学ぼう

今年、生物の多様性の年などを提唱する国連の「国際生物多様性年」。これにちなみ、森の動植物の生態を大切にして生物多様性の大切さを学んでもらおうと光学機器メーカーのニコン(東京)が「さきのカルタ」を製作し、望する教育機関などに無料配布している。

カルタは、読み札と絵札組で構成。イラストや写真活用し、フクロウやモリアガエル、フナやキノコなど、様々な動植物の生態を紹介する。

「イヌワシの森の住処は万杉」という読み札に対応する絵札は、表がイヌワシの子のイラスト、裏面は広大な森の写真。森の生態系の中でいるイヌワシには、餌をとるために広大な森が必要

