

お料理  
教習所

「野菜たっぷりほっこりグラタン」



今回はキッチン便利グッズと  
グリルを使って、  
簡単にグラタンを作ります！



〈材料〉

じゃがいも	3個	コンソメ	大さじ1
さつまいも	1本	生クリーム	200cc
かぼちゃ	80g	バター	20g (10g×2)
しめじ	1/3パック	小麦粉	大さじ1
小松菜	1束	塩こしょう	適量
ベーコン	4枚	チーズ	適量
玉ねぎ	1/2個	パン粉	適量
牛乳	400cc	マヨネーズ	お好みで

- ① じゃがいもは皮をむき、「かさなるピーラー」で薄くスライスする。
- ② さつまいもとかぼちゃは皮をむかずにピーラーでスライスする。
- ③ しめじはほぐし、ベーコンと玉ねぎは薄く切っておく。  
ほうれん草は食べやすい大きさに切っておく。
- ④ 小鍋にバターを10g入れ、弱火にかけ、溶かす。小麦粉を加えてよく混ぜ、牛乳を少しずつ入れて「みそマドラー」でしっかり混ぜ合わせる。
- ⑤ 「グリルプレート」に残りのバターを入れ、中火にかける。バターが溶けたら③を入れ、塩こしょうをし、炒める。しんなりしたら残りの野菜も加え、サッと炒める。
- ⑥ ④とコンソメを入れ、弱火で野菜に火が通るまで煮込む。
- ⑦ 火を止め、生クリームを加えてトロミがつくまで弱火で加熱する。  
味をみてお好みで塩こしょうする。
- ⑧ チーズとパン粉、お好みでマヨネーズをかけてグリルに入れる。上下強火で5分焼く。



【今回の使用キッチン便利グッズ】

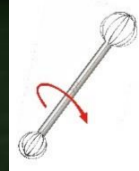
「かさなるピーラー」

千切り刃、ソフト刃、標準刃の3種類があり、すべてかさなるピーラー。



「計量みそマドラー」

お味噌に差し、くまっと回すとお味噌をカンタンに計量でき、そのままお鍋で溶かせる。泡だて器代わりにもなる。



「グリルピザプレート」

コンロのグリルで調理ができる鉄製プレート。  
グリルが汚れないからお掃除いらず。



上野ガス

