

給食レシピ♥ポテトグラタン



材料（4人分）

- | | |
|--------------|-------|
| ● ジャがいも | 約 2 個 |
| ● うずらの卵（水煮） | 80g |
| ● ブロッコリー | 40g |
| ● 塩・こしょう（下味） | 少々 |
| ● たまねぎ | 100g |
| ● バター | 20g |
| ● 小麦粉 | 20g |
| ● 牛乳 | 200ml |
| ● 水 | 100ml |
| ● コンソメ（粉） | 小さじ 1 |
| ● 砂糖 | 小さじ 1 |
| ● 塩・こしょう | 少々 |
| ● 粉チーズ | 10g |
| ● パン粉 | 5 g |

作り方

1. ジャがいもの皮をむいて半月切りに切る、ブロッコリーも 1 口大に切って下味をつけてレンジで 3 分加熱する。
（ラップはふんわりかける）
2. たまねぎを粗くみじん切りし、フライパンでバターを溶かして炒めていく。
3. たまねぎに火が通ったら小麦粉を入れ中火で炒める。
4. 牛乳と水を加え、ダマにならないように溶かす。
5. コンソメ、砂糖、塩、こしょうで味付けし、とろみがつくまで混ぜながら加熱する。
6. 耐熱容器の表面に油を塗り、ジャがいも、ブロッコリー、うずらの卵、5 のホワイトソースを入れ、パン粉と粉チーズをかけてオーブンで焼く。
（180 度、10～12 分）