

優秀賞

高校生の部

八街グラタン

青木美紀花さん作
片岡 美月さん作



ご当地グルメアイデア料理コンテスト優秀賞作品

平成27年度

高校生の部

料理名	八街グラタン		
料理のアピールポイント (特徴・味等)	食材の食感を生かし、大きめに野菜を切りました。		
材料費	約 2,000 円	調理時間	90 分
材 料	分 量	作 り 方	
(4人分) 人参 トマト さといも さつまいも 鶏もも肉 マカロニ 牛乳 パン粉 塩・こしょう バター とろけるチーズ 小麦粉 パルメザンチー ズ	1 / 2 (50g) 1 個 小 4 個 小 1 / 2 200g (1 枚) 100g 500ml 適量 適量 20g 70g 大 2 適量	<ol style="list-style-type: none"> 1. フライパンを熱し、バター・牛乳・小麦粉の順に入れとろとろになるまで混ぜ続ける。 2. 塩・こしょうで味を整える。 3. さといもと人参の皮をむき、さといもは約5分ゆで、人参とさつまいもを約1.5cmの正方形に切る。 4. ゆでたさといもを大きめに切り、残ったお湯にトマトをくぐらせ皮をむく。 5. 1で作ったソースにみじん切りをしたトマトを入れ、混ぜ合わせる。 6. さといも・人参・さつまいも・もも肉をサラダ油で炒め少量の水を入れて蓋をして蒸す。 7. 6と5をからめ、グラタン皿に盛り、パン粉・チーズをのせ、焦げめがつくまで温めていたオーブンで10分焼く。 	