

あら！おー！グラタン！！

～レシピ概要～

秋の旬の味覚であり、荒尾でも沢山採れるかぼちゃとしめじのグラタンです。土日に妻に作ったら、あら！おー！と驚いてくれました。

調理時間：約40分

～材料～

- ウインナー…5本 ○豆乳…300cc ○とろけるチーズ…2枚
 ○かぼちゃ…1/4個（約300g） ○玉ねぎ…1/2個 ○しめじ…1/2パック
 ○バター…15g ○小麦粉…大さじ2 ○塩こしょう…2ふり ※2人分

～作り方～

【下ごしらえ】

- ①かぼちゃは種を取り、ラップで包んで電子レンジで6分加熱し、一口サイズに切る。
- ②玉ねぎは薄切りにし、しめじはいしづきを取り、手でほぐす。
- ③ウインナーはななめ切りに3等分する。

【調理】

- ④フライパンにバター15gを熱し、玉ねぎとしめじを中火で炒める。玉ねぎがしんなりしてきたら小麦粉大さじ2をふり入れて粉っぽさがなくなるまで炒める。
- ⑤2,3回に分けて豆乳を加えとろみがつくまで弱火で煮る。
- ⑥とろみがついたらウインナー、かぼちゃを加え煮立たせる。
- ⑦塩、こしょうで味をととのえる。
- ⑧グラタン皿（バターはつけない）に入れ、上にとろけるスライスチーズを乗せてオーブントースター（1000kw）で7分程度熱する。

～アピールポイント～

かぼちゃを事前にレンジでチンすることで、切りやすく調理時間も短縮することができます！ウインナーを使うことで子供でも、あまり料理をしないお父さんでも挑戦しやすいレシピです！また豆乳を使うことでヘルシーかつマイルドな仕上がりになっていて、老若男女楽しめる味となっています。