

第5回 食糧学院 高校生レシピコンテスト 応募用紙

メニュー名

野沢菜の漬け物グラタン

氏名:

小島裕美

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～

私は去年亡くなった私のお婆ちゃんに今までの感謝を伝えたかったのでこのグラタンを作りました。

お婆ちゃんには小さい頃から色々なものを買ってもらったり、連れて行ってもらい、たくさんお世話になったので、Thank youという文字とお婆ちゃんが好きだった漬け物を使おうと思いました。グラタンにした理由は、お年寄りでも食べやすいと思ったからです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント
野沢菜の漬け物	100g	①じゃがいも、大根、ウィンナー、野沢菜の漬け物をさいの目切りで切る。
大根	170g	②鍋にバターを入れ、弱火で溶かす。
じゃがいも	180g	③②にふるっておいた小麦粉を入れ、さらさらになるまで加熱する。
ウィンナー	80g(6本)	④③に牛乳を入れ、なめらかになったら蓋をして弱火で20分間煮る。 *この時、底を焦がさないように時々かき混ぜる。
生ハム	50g	⑤温めたフライパンに油をいれて、①で切った材料をじゃがいも、大根、野沢菜の漬け物、ウィンナーの順に炒める。
スライスチーズ	1枚	⑥④に⑤を入れ、混ぜ合わせる。
油	大さじ2	⑦グラタン皿に⑥を入れ、上からスライスチーズをのっけて、トースターでチーズが溶けるぐらいまで焼く。
牛乳	420g	⑧グラタンを焼いている時に、生ハムでバラを作る。
小麦粉	30g	⑨⑧で作った、バラとブロッコリーをグラタンに盛り付ける。
バター	30g	⑩仕上げに、ケチャップでThank youと書いて完成。
塩・こしょう	少々	
ブロッコリー	適量	