

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

残ったおもちで簡単！たらこもちチーズグラタン

氏名：

田井 春菜

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～

毎日忙しいのに、ご飯を作ってくれる母に感謝の気持ちを込めました。

私達家族は、毎年おもちつきをし、食べきれず母が困っている時があるので、おもちを使った今まで食べたことのない料理を作りたいと思いこのグラタンを作りました。

残ったおもちで作れるので無駄もなく簡単です。おもちののびと、チーズののびの相性が良く、たらこ味とよく合います！



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント
じゃがいも	1個	①じゃがいもの皮をむき、一口大に切って茹でる。 ②もちを1cm角に切る。 ③ホワイトソースを作る。 1. バターを溶かし、小麦粉とバターを焦げない程度にしっかり混ぜる。 2. 牛乳を少しずつ入れていく。 3. とろみがしっかりついたら、コンソメを入れる。 ④ホワイトソースとたらこスパソースを混ぜ合わせる。 ⑤④にじゃがいもともちを入れる。 ⑥グラタン皿に⑤を入れ、チーズをのせる。 ⑦250wで予熱したオーブンで7～8分焼く。 ★POINT★ ホワイトソースが温かいうちに、もちを入れることで、もちがよく伸びて食べごたえが良くなります。
もち	2個	
【ホワイトソース】		
・バター	10g	
・小麦粉	大さじ1、1/2	
・牛乳	150cc	
・コンソメ	小さじ1/2	
たらこスパソース	1人前	
塩こしょう	適量	
チーズ	適量	