

第8回 食糧学院 東日本高校生レシピコンテスト 申込用紙

第8回 食糧学院 東日本高校生レシピコンテスト 応募用紙

管理番号 1200

メニュー名

正月の残り物を使った簡単グラタン

学校名: 東京農業大学第一 高等学校

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～  
私からのメッセージ

いつもお世話になっている母親に感謝の気持ちを込めて作りました。母親が作る料理はオリジナリティがあって全く飽きないです。今回作ったグラタンには母親の好きなみそマヨネーズのソースをかけて作ってみました。少しでも喜んでくれたら嬉しいです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント	調理時間【分】
ほうれん草	1/5パック	① ほうれん草・ウインナーを食べやすい大きさにカットする。 (ほうれん草は水で洗って根本を切る) ② ①で切った具材とコーンをざるに移す。 ③ お餅1個を1/8個ずつにカットする。 ④ 耐熱皿に具材を平らになるように盛りつける。 (お餅は1個ずつの間をとっておく。) ⑤ マヨネーズ、牛乳、酒、味噌を適量とって混ぜてマヨみそソースを作る。 ⑥ 盛り付けた具材にマヨみそソースをかける。 ⑦ 全体にパン粉をかけた後、チーズを全体に盛り付ける。 ⑧ オーブンを予熱した後、200℃で10分間焼く。 (お餅の硬さによっては焼き時間を変える) 完成！	30
ウインナー	3本		
コーン	40～50g		
お餅	4個		
マヨネーズ	大さじ5		
牛乳	大さじ3		
酒	大さじ2		
味噌	大さじ1		
パン粉	適量		
スライスチーズ	3枚		

【分】 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間