

《第10回アイデア料理コンテスト

「お皿にいっぱいアイデア賞」受賞作品》

【まるごとシイタケグラタン トマトソース添え】

【レシピ(4人分)】

シイタケ・・・・・・・・・・ 8個  
ジャガイモ・・・・・・・・ 1.5個  
ミニトマト・・・・・・・・ 5個  
落花生・・・・・・・・・・ 40g  
塩、こしょう・・・・・・・・ 小さじ1  
チーズ・・・・・・・・・・ 適量  
ベーコン・・・・・・・・・・ 5cm  
マヨネーズ・・・・・・・・ 大さじ2  
にんにく・・・・・・・・・・ 少量  
オリーブオイル・・・・・・ 大さじ1  
パセリ、レタス・・・・・・ 各適宜



栄養価<1人分>

エネルギー 172kcal たんぱく質 7.2g  
脂質 10.4g 食塩相当量 0.3g

【作り方】

- ① ジャガイモを小さめに切って500W(電子レンジ)で4分加熱する。
- ② 加熱している間に、落花生をビニール袋に入れ、めん棒で砕く。
- ③ ジャガイモを木べらなどでマッシュし、ベーコンを刻んで混ぜる。
- ④ ③に、塩、こしょう、マヨネーズを加え混ぜる。
- ⑤ シイタケの軸を取り、2つ分の軸を刻み④に加え、それをシイタケの上に乗せる。
- ⑥ ⑤の上にチーズをのせ、アルミホイルを敷いたトースターで、12~13分焼く。
- ⑦ ミニトマト、ニンニクを刻み、オリーブオイルと和え、砕いた落花生とパセリを入れてソースを作る。
- ⑧ 焼きあがったシイタケを皿に盛り付け、⑦で作ったソースをかけて完成。

春野菜は、お美味しいチーズよ!



※アピールポイント!

器まで食べることができて、さっぱりとしたグラタンになっています。

秦野産の野菜をたくさん使っています。

※写真は、レタスの代わりにブロッコリーを添えています。