



井上保育園

ポテトグラタン(1人分)



おかず

* 材料名

マカロニ	5g
ベーコン	8g
じゃがいも	25g
玉ねぎ	15g
にんじん	10g
小麦粉	8g
バター	3g
牛乳	40g
プロセスチーズ	3g
パン粉	2g
パセリ	0.6g
塩	少々
アルミカップ	

* 作り方

1. ジャガイモはいちょう切りにして茹でておく。マカロニも茹でておく。
2. ベーコンは1cm幅、玉ねぎはスライス、人参は短冊に切る。
3. 鍋にバターを溶かし、ベーコン、玉ねぎ、人参を炒める。
4. 野菜がしんなりして、水分が出てきたら小麦粉を入れ、粉っぽさがなくなるまで炒め、牛乳を少しずつ加えていく。とろみが出てきたらジャガイモとマカロニを加え、塩を少々入れ、味を整える。
5. アルミカップに移し、チーズ、パン粉、パセリを乗せ、オーブンで焼く。

【先生方のコメント】

一つの鍋で出来ます。グラタンを好きな子が多く、喜んで食べていました。「チーズがとろけておいしい！パン粉がカリカリしておいしい！」と好評でした。

