


ホワイトカレーアレンジレシピコンテスト応募レシピ

フリガナ	ホワイトカレーノパングラタン	
料理名	ホワイトカレーのパングラタン	
〈料理の紹介〉 コンセプトと セールスポイン トなど	<ul style="list-style-type: none"> ・ホワイトカレーの白さが強調できます。 ・ホワイトソースとチーズで辛さもまろやかになるので、お子様でもおいしく食べられます。 	
主な食材	牛乳、ベビーホタテ、パン	
材料と分量 (1人分)	<ul style="list-style-type: none"> ●カレーの材料 ・ホワイトカレーフレーク …大さじ2 ・牛乳 …150ml ・玉ねぎ …1/4 個 ・ベビーホタテ …50g くらい ・オリーブ油 …少々 ●その他 ・食パン (厚切りの方がおいしい) …1 枚 ・とろけるスライスチーズ …2 枚 ・乾燥パセリ …少々 	<ul style="list-style-type: none"> ●ホワイトソースの材料 ・小麦粉 …大さじ 1 ・バター …10g ・牛乳 …100ml ・塩 …少々 ・こしょう …少々 ・あれば粉チーズ
	※材料費 (250) 円	
作り方	<ul style="list-style-type: none"> ●カレーを作る ① オリーブ油でスライスした玉ねぎとベビーホタテを炒める。 ② 牛乳を加えてひと煮立ちしたら火を止めて、ホワイトカレーフレークを加えて溶かす。 ③ 弱火でとろみがつくまで煮込む。 ●ホワイトソースを作る ① フライパンでバターを溶かし、小麦粉を加えて炒める。 ② 牛乳を少しずつ加えながら混ぜる。(ダマにならないように) ③ 塩こしょうで味を調える。(粉チーズを入れるとコクが増しておいしいです) 	
	<ul style="list-style-type: none"> ① グラタン皿に 12 等分に切った食パンを入れる。 ② ホワイトカレーを全体にかける。 ③ その上にホワイトソースをかける。 ④ トースターで 4~5 分焼く。 ⑤ 最後に乾燥パセリをふりかけたら出来上がり。 	※調理時間 (30) 分