

特選

いも ゴロッとさつま芋グラタン

しゅっぱんしゃ なかとも しょうがっこう ねん さかい あずさ
出品者：中友 小学校 6年 酒井 愛桜 さん



★ポイント★

- ・ 1. 2年生が毎年さつま芋をたくさん収穫するので、そのさつま芋を使う給食レシピを考えました。

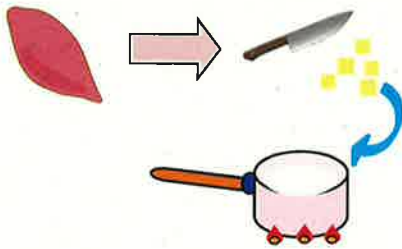


ざいりょう ぶんりょう にんぶん 材料と分量(4人分)

ツナ缶	160 g
さつま芋	300 g
玉ねぎ	100 g
バター	大さじ2
小麦粉	大さじ3
牛乳	400 ml
塩	小さじ1
こしょう	少々
ミックスチーズ	60 g

つく かの 作り方

- ① さつま芋は2 cm くらいの角切りにし、煮崩れしない程度にゆでる。



- ② 玉ねぎは薄切りにし、バターでしんなりするまで炒め、小麦粉をふり入れる。



- ③ ②に牛乳、塩、こしょうを加え、3~4分ほど煮たところでツナ缶を汁ごと加えて温める。



- ④ 耐熱容器に入れ、ミックスチーズを散らしてオーブントースターでこんがり焼き色がつくまで焼く。

