



10/20 (金) 豚ひき肉と茄子のグラタン (今道 康弘さん)

(材料2人分)

- 豚ひき肉：100g
 - チョコレート醤油 超特選 減塩醤油：5ml
 - 茄子：1本
 - 舞茸：50g
 - バター：20g
 - 薄力粉：20g
 - 牛乳：150ml
 - チョコレート醤油 超特選 減塩醤油：30ml
 - 木綿豆腐：150g
 - ピザ用チーズ：50g
- (トッピング)
- パセリのみじん切り：少々

- ① なすは一口大に切って、舞茸は一口大にほぐす。豆腐はつぶしておく。
- ② 鍋にバターを溶かし、薄力粉を加えて炒め、牛乳と醤油と①の豆腐を加えて混ぜ合わせ、ホワイトソースを作る。
- ③ フライパンに豚ひき肉を入れて炒め、途中で醤油を加えて下味をつけ、①の茄子と舞茸を加えて軽く炒める。
- ④ ②の鍋に③を入れて混ぜ合わせ、グラタン皿に入れて、上にチーズをのせる。
- ⑤ ④を 200℃のオーブン（オーブントースター）でチーズに色がつくまで焼き、焼きあがったらパセリのみじん切りを散らす。

レシピはNBC アプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でご覧いただけます。