

♪ エコアのガスでうまかもん♪

グリル料理

ラザニア



材料：2人分

- ラザニア・・・4枚
- ピザ用チーズ・・・30g

ホワイトソース

- バター・・・5g
- 小麦粉・・・大さじ2
- 牛乳・・・250cc
- 生クリーム・・・50cc
- 塩・・・小さじ1/3
- ナツメグ・・・少量
- こしょう・・・少量

ミートソース

- にんにく・・・1かけ
- 玉ねぎ・・・80g
- 干し椎茸・・・1個
- 水（椎茸戻し用）・・・50cc
- オリーブオイル・・・大さじ1
- 合びき肉・・・150g
- 赤ワイン・・・大さじ1
- トマト缶・・・1/2缶
- ケチャップ・・・大さじ3
- 砂糖・・・大さじ2
- こいくち醤油・・・小さじ1/2
- 塩・・・小さじ1/2



① ホワイトソース

鍋にバターを溶かし小麦粉を炒める。小麦粉に再度とろみがつくまで炒めたら、軽く温めた牛乳＋生クリームを少量ずつ加えながら、その都度ホイッパーでよく混ぜる。全て加えたら、残りの調味料を入れて混ぜ、好みの硬さになるまで弱火で混ぜながら加熱。

ポイント

牛乳＋生クリームは少量ずつ加え、都度、しっかりなじませることでダマができにくくなります。



② ミートソース

にんにく、玉ねぎはみじん切りにする。干し椎茸は水で戻しみじん切りにする。フライパンにオリーブ油を熱しニンニクを炒め、香りが出たら玉ねぎを加えてしんなりするまで炒める。玉ねぎがしんなりしたら合いびき肉を加えて色が変わるまで炒める。



③ 赤ワインを加え、椎茸と戻し汁、トマト缶から塩までの材料を全て加える。蓋をして中弱火で時々かき混ぜながら水分がなくなるまで煮詰める。（約15～20分間）

ポイント

水分が多く残る場合は煮詰め時間を長くしましょう。



④ ラザニアは10%塩分濃度の熱湯で表示時間より1分間長く茹でる。冷水に取りだし、粗熱が取れたら水気をふき取る。



⑤ 耐熱皿に薄くオリーブオイルを塗る。ラザニアを敷き、ミートソース→ホワイトソース→ラザニアの順に重ねていく。最後にピザ用チーズをのせる。



⑥ グリルに耐熱皿をのせ、焼き目がつくまで焼く。（目安：強火5分間）

ポイント

この時、ガス台の便利な「グリル機能」を使うと、火加減の調整など簡単に設定できます。