

～カボチャのラザニア～



<使用食材>

| | |
|-----------|----------|
| ラザニア | ・・・12枚 |
| かぼちゃ | ・・・半個 |
| ベシャメルソース | ・・・500cc |
| トマトソース | ・・・200cc |
| ミートソース | ・・・200cc |
| モッツアレラチーズ | ・・・200g |
| バター | ・・・適 |

「ベシャメルソース」

| | |
|--------|--------|
| 小麦粉 | ・・・80g |
| バター | ・・・80g |
| 牛乳 | ・・・1ℓ |
| 塩・コショウ | ・・・適 |
| ナツメグ | ・・・適 |

「ミートソース」

| | |
|---------|----------|
| 豚ひき肉 | ・・・500g |
| 玉ネギ | ・・・100g |
| 人参 | ・・・50g |
| セロリ | ・・・30g |
| 赤ワイン | ・・・250cc |
| トマトジュース | ・・・200cc |
| 塩・コショウ | ・・・適 |
| 小麦粉 | ・・・適 |

<Let's Cooking>

- ①かぼちゃを半分、皮をむいて一口大にカットし牛乳で茹でピューレにする
- ②その牛乳でベシャメルを作り、かぼちゃのピューレを加える
- ③ラザニアを茹でる
- ④かぼちゃをスライスして揚げる
- ⑤グラタン皿にバターを塗り、トマトソースを敷いてラザニアをおく。ベシャメルソース、ミートソース、かぼちゃ、モッツアレラチーズを順にのせる
- ⑥ラザニアをのせ、ベシャメルソース、トマトソースを敷き最後にラザニアをのせ、ベシャメルソースで覆い、モッツアレラチーズ、バターをのせ、220℃のオーブンで表面に焼き色がつくまで焼きあげるお皿に取り分けて完成

～若鶏とベーコンのテリーヌ～



<使用食材>

| | |
|-------------------|------------|
| 若鶏もも肉 | ・・・約1kg |
| 白ワイン | ・・・50cc |
| 塩 | ・・・肉の重量の1% |
| 砂糖 | ・・・適 |
| にんにく(みじん切り) | ・・・2かけ分 |
| パセリ(みじん切り) | ・・・適 |
| ベーコンスライス (2mm) | ・・・200g |

<Let's Cooking>

- ① 掃除した鶏肉を1口大にカットし、
白ワイン、塩、砂糖、にんにくで1晩マリネする
- ② テリーヌ型にベーコンスライスを敷き
マリネした鶏肉にパセリをちらしながら重ねていく
- ③ はみ出したベーコンで上を覆い、アルミをかぶせ
湯煎し150℃80分でテリーヌに火を通していく
- ④ 粗熱をとったテリーヌをカットし盛り付けて完成