

えびいも茶ラタン

白とオレンジと緑の色合いが
とても綺麗なグラタンです



材料(4人分)

えびいも	200g
玉ねぎ	100g
生鮭	100g
	塩
こしょう	少々
しめじ	50g
バター	20g
小麦粉	大3
牛乳	500ml
コンソメ(顆粒)	小2
塩	2つまみ
粉チーズ	大2
粉末緑茶	8g
	水
さやいんげん	10g
茶葉	少々

作り方

- ① えびいもは洗ってラップに包み、電子レンジ500Wに7分かける。竹串が刺さる位柔らかくなっていたら皮をむいて一口大に切っておく。生鮭は一口大に切り、塩こしょうしておく。玉ねぎは縦半分にしてから薄切りにする。しめじは石づきをとってほぐしておく。さやいんげんは茹でて1/4長さで切っておく。
- ② 鍋にバターを入れて熱し、玉ねぎとしめじを加え、玉ねぎがしんなりするまで炒める。
- ③ ②に小麦粉をふるいながら入れ、1~2分しっかり炒める。
- ④ ③に牛乳を数回に分けて加え、かき混ぜながら煮込む。生鮭、えびいも、コンソメ、塩こしょう、水で溶いた粉末緑茶を加え、鮭に火が通るまでさらに煮込む。最後にさやいんげんを加える。
- ⑤ 器に盛り、粉チーズ、茶葉をふってオーブントースターで焦げ目がつくまで10分くらい焼く。