

【作品名】 スタミナ！豚キムチグラタン！！

やまぐち みう
氏名 山口 美羽

【材料】（4人分） 牛乳 450 ml

豚肉	200g
キムチ	180g
ダシダ	小さじ 1/2
牛乳	450 ml
薄力粉	大さじ 3
バター	30g
とろけるチーズ	適量
カットしめじ	1/2 袋
もやし	1 袋
パン粉	適量
パセリ	適量

【作り方】

- ① 豚キムチを作る。
フライパンに豚肉、キムチ、ダシダ、カットしめじ、もやしを入れて中火で炒める。
- ② フライパンに豚キムチの上からバター、薄力粉を入れて弱火、よく混ぜたら牛乳を入れて混ぜ続ける。
- ③ とろみが付いてきたら火を止める。
- ④ 耐熱皿にのせる。
- ⑤ さらにその上にチーズとパン粉をのせる。
- ⑥ 180℃に予熱したオーブンで10分焼く。
- ⑦ 焼きあがったら上にパセリをのせる。 完成。

【ポイント】

まな板と包丁を使わずに作れるので、小さな子でも作れます。
また、こってりとこってりを合わせた料理なのでご飯とも良く合いますし、夏バテ気味のこの時期にピッタリの一品です！！