

<p>【作品名】 玉ねぎのミルクーフアルシ(グラタン風玉ねぎ)</p>	<p>なつか ゆうり 氏名 夏加 優利</p>																																													
<p>【材料】 (4人分) <u>牛乳 300 ml</u></p> <table border="0" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%;">玉ねぎ</td> <td style="width: 20%;">4 個</td> <td style="width: 10%;"></td> <td style="width: 10%;"></td> <td style="width: 10%;"></td> <td style="width: 10%;"></td> </tr> <tr> <td>じゃがいも</td> <td>大 1 個</td> <td rowspan="4" style="vertical-align: middle; font-size: 2em;">A</td> <td>みそ</td> <td>大さじ 1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>ピザ用チーズ</td> <td>180g</td> <td>マスタード</td> <td>大さじ 1/2</td> <td></td> </tr> <tr> <td>コンソメ顆粒</td> <td>大さじ 1</td> <td>にんにくペースト</td> <td>小さじ 1</td> <td></td> </tr> <tr> <td>オリーブオイル</td> <td>小さじ 2</td> <td>生クリーム</td> <td>50 ml</td> <td></td> </tr> <tr> <td>塩・こしょう</td> <td>適量</td> <td></td> <td>ミニトマト</td> <td>4 個</td> <td></td> </tr> <tr> <td>お好みの香辛料</td> <td>適量</td> <td></td> <td>ハーブ</td> <td>適宜</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>はちみつ</td> <td>適宜</td> <td></td> </tr> </table>		玉ねぎ	4 個					じゃがいも	大 1 個	A	みそ	大さじ 1		ピザ用チーズ	180g	マスタード	大さじ 1/2		コンソメ顆粒	大さじ 1	にんにくペースト	小さじ 1		オリーブオイル	小さじ 2	生クリーム	50 ml		塩・こしょう	適量		ミニトマト	4 個		お好みの香辛料	適量		ハーブ	適宜					はちみつ	適宜	
玉ねぎ	4 個																																													
じゃがいも	大 1 個	A	みそ	大さじ 1																																										
ピザ用チーズ	180g		マスタード	大さじ 1/2																																										
コンソメ顆粒	大さじ 1		にんにくペースト	小さじ 1																																										
オリーブオイル	小さじ 2		生クリーム	50 ml																																										
塩・こしょう	適量		ミニトマト	4 個																																										
お好みの香辛料	適量		ハーブ	適宜																																										
			はちみつ	適宜																																										
<p>【作り方】</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>① 玉ねぎの上 1 cm、下 1.5 cm程度を切りラップで覆って、電子レンジで加熱する (500wで 10 分間)。</li> <li>② じゃがいもを小さく切り、茹でて火を通す。</li> <li>③ Aを混ぜて、生クリームを 2~3 回に分けて混ぜる。</li> <li>④ 加熱した玉ねぎは、中を取り出し 5mm幅に切る。</li> <li>⑤ 茹でたじゃがいもを半分くらいつぶし、中を抜いた玉ねぎに入れる。</li> <li>⑥ ④で取り出して切った玉ねぎをフライパンで焼き、牛乳、チーズ (100g)、コンソメ顆粒、香辛料を入れ、チーズがなじんできたら、⑤の玉ねぎに入れ、皿にのせる。</li> <li>⑦ 上部にチーズを 20g ずつのせて、ガスバーナーで表面を焼く。</li> <li>⑧ ⑥で入りきらなかった材料をフードプロセッサーでペースト状にし、玉ねぎ周辺に敷く。 <ol style="list-style-type: none"> <li>① で焼いた玉ねぎを添え、③のソース、ミニトマト、ハーブで飾り付ける。</li> <li>お好みではちみつをかける。</li> </ol> </li> </ol>																																														
<p>【ポイント】</p> <p>玉ねぎを電子レンジ加熱、オイルソテー、ペーストと、3種類の味わいを楽しめる料理にしました。牛乳のまろやかさが玉ねぎ特有の甘みと旨味を引き立てて、優しい味わいと豊かな風味が広がります。隠し味に味噌を入れたクリーミーマスタードソースがアクセントになっています。</p>																																														