

作品名	“秋の味覚ゴロゴロ” 丸ごとかぼちゃグラタン		
ポイント	かぼちゃを丸ごと1個使い、器にしています。そして、ローリエや岩塩を使って風味とコクを出しています。 かぼちゃを丸ごと1個使用しているので、家族で分け合える1品になっています。		
材料 4人分	牛乳 400ml かぼちゃ・・・・・・・・1個 しめじ・・・・・・・・1/2個 ほうれん草・・・・・・1/2束 にんじん・・・・・・・・1/2本 ベーコン・・・・・・・・50g	牛乳・・・・・・・・400ml バター・・・・・・・・35g 小麦粉・・・・・・・・大さじ3 ローリエ・・・・・・・・1枚 塩・・・・・・・・少々 こしょう・・・・・・・・少々  岩塩・・・・・・・・少々	ピザ用チーズ・・・・・・80g 角バター・・・・・・・・10g パン粉・・・・・・・・少々
作り方	<p>① かぼちゃを丸ごとラップでくるんで、500wの電子レンジで10～15分加熱する。</p> <p>② ほぐしたしめじをバター5gで軽く炒める。ほうれん草は軽くゆでる。にんじんはゆでて型で抜く。</p> <p>③ バター30gを焦がさないように弱火でゆっくり溶かして、小麦粉を加える。粉っぽさがなくなったら、少しずつ牛乳を加える。</p> <p>④ ③に一口大に切ったほうれん草とベーコン、にんじん、しめじ、ローリエを加える。塩、こしょうで味を調える。</p> <p>⑤ 種とワタをくりぬいたかぼちゃの内側に、岩塩をまぶす。</p> <p>⑥ ⑤のかぼちゃに、④のホワイトソースを入れ、チーズ、パン粉、角バターをのせて、220℃のオーブンで10～15分焼く。</p> <p>⑦ ⑥を器に盛る。</p>		
写真			