

どじょうぶグラタン



清水順正 おかべ家
とうふ製造部
しょうす 生 水 俊行
としゆき

子どもの頃からホワ
イトソースが好きで、
「醤油と合うよな」と
密かに思ってきたんで
す。大人になってから
SNSで同じように

思っている人が結構いることに気づいて、ちよつとうれしかつ
たですね(笑)。グラタンを思いついたのは、「醤油が合うな
ら、どじょうぶにも合うはず」と試してみたたらバッチリだったんで
す。ホワイトソースは通常コンソメを使いますが、敢えて野菜
とバター、塩こしょうだけであっさりゆめるめに仕上げるのが
ミソです。最初はそのまま、その後には醤油をかけて召し上
がってみてください。新たな境地が開けますよ！ 冷蔵庫に
ある野菜でパ帕ツと作れますので、ぜひ試してみてください。

材料(2人分)

絹ごしとうふ… ½丁(160g)	牛乳……………	400cc
玉ねぎ……………	ピザ用チーズ……………	適量
人参……………	塩……………	適宜
ピーマン……………	こしょう……………	適宜
バター……………		
小麦粉……………		
小さじ2		

作り方

1. 絹ごしとうふは8mm厚程度の一口大に切りキッチンペーパーの上に置いておく。玉ねぎ・人参・ピーマンは細切りにする。バターは分量分を切り分けておく。
2. フライパンを熱してバターを溶かし、中弱火で野菜を炒め、しんなりしたら、塩こしょうで味を調える。野菜全体に小麦粉をふりかけてたまにならないようにしっかりと混ぜてなじませ、牛乳を少しずつ加えて煮詰める。通常のホワイトソースよりはゆめるの方がどじょうぶとよく合う。
3. 耐熱容器2個にどじょうぶを並べ、2のソースを注ぎ分ける。
4. ピザ用のチーズを適量のせて、200℃、300℃に温めておいたオーブン(トースターでも可)で10〜15分焼く。こんがりとした焼き色が付いたら出来上がり。お好みで醤油をかけていただく。



野菜に小麦粉をふりかけた後、
たまにならないように牛乳を少し
ずつ加え、しっかりと混ぜましょう。