



2019年

you
me
食材提供

11/21 (木) きのことさつまいものラクレット風 (福岡 由香さん)

(材料2~3人分)

さつまいも：1本(200g程)

ベーコン：2枚

エリンギ：1本

しめじ：1/2株

オリーブオイル：大さじ2

A { 塩：小さじ1/2

黒こしょう：適量

牛乳：大さじ3

B { ピザ用チーズ(細切りタイプ)：100g

片栗粉：小さじ1

(あれば)パプリカパウダー：適量

パセリ：適量

- ① さつまいもは乱切りにして、水にさらし、水気を切って耐熱皿に入れ、ふんわりラップをして600Wのレンジで5分加熱する。
- ② ベーコンは3cm幅に切り、エリンギは3cmの角切りにして、しめじは石づきを切り落とし、小房にほぐす。パセリはみじん切りにする。
- ③ フライパンにオリーブオイルを入れ、ベーコンを炒めて、①のさつまいもを加え、中火で炒める。全体に油がなじんだら、②のエリンギとしめじを加えて、Aで調味し、さつまいもがきつね色になるまで炒めて、器に盛る。
- ④ Bは混ぜ合わせておく。小さなフライパンか、たまご焼き器を火にかけ、温まったら弱火にして牛乳を加え、そこにBを加えて、ゴムベラで手早く混ぜて溶かす。(加熱しすぎると分離するので様子を見ながら温める。)
- ⑤ ④を③の上にかけて、パプリカパウダーと②のパセリのみじん切りを散らす。(冷めると固まってくるので、温かいうちにお召し上がりください。)

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター(3階と地下1階)に置いてあります。
またインターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。