

あきあじ ★秋味グラタン

◆材料（4人分）

- ・じゃがいも : 80 g
- ・たまねぎ : 100 g
- ・しめじ : 50 g
- ・ホールコーン : 25 g
- ・^{さけ}鮭 : 80 g
- ・バター : 10 g
- ・^{こめこ}米粉 : 20 g
- ・^{ぎゅうにゅう}牛乳 : 160cc
- ・コーンクリーム : 50 g
- ・コンソメ : 1.5 g
- ・^{しお}塩、^{こしょう}こしょう : 少々
- ・とろけるチーズ : 30 g



◆給食の献立例

^{しよく}食パン ^{こんだてれい}ブルーベリージャム
^{ぎゅうにゅう}牛乳
^{あきあじ}秋味グラタン
^{だいこん}だいこんサラダ
^{ごもく}五目スープ

◆^{つく}作り方

- ①^{たんざくぎ}じゃがいもは短冊切り、^{さけ}たまねぎはスライス、^{かくぎ}鮭は角切りにする。
^{した}しめじはいしづきをとってほぐす。じゃがいもは下ゆでしておく。
- ②フライパンにバターを入れ、たまねぎ、しめじ、コーンを炒め、コーンクリームを入れて加熱する。
- ③^{さけ}じゃがいも、^{くわ}鮭を加えて、^{はんりよう}半量の^{ぎゅうにゅう}牛乳と^{ちょうみりよう}調味料を加えて加熱する。
^{のこ}残りの^{ぎゅうにゅう}牛乳で^{こめこ}米粉を溶いたものを^{くわ}加え、^{かねつ}とろみがつくまで加熱する。
- ④アルミカップに③を入れ、チーズをのせて焼く。

*この分量は大量調理の場合のものです。
 ご家庭では調整をお願いします。

高島市内学校給食センター