

食品ロスをなくそう 使いきりレシピ

～パンの耳グラタン～

食材を有効に使って



レシピの紹介

食パンの耳がグラタンに変身！
安く売っている食パンの耳を使って、環境に優しいレシピになっています。

ポイント

- ホワイトソースなしでもバターを加えることで風味アップ！
- マカロニを茹でる手間いらず！
- 食パンの耳がグラタンに変身！

■材料 2人分

食パンの耳	2枚分
ほうれん草	50g
ウインナー	7本
まいたけ	50g
玉ねぎ	50g
牛乳	100ml
水	100ml
片栗粉	10g
バター	10g
塩	少々
ピザ用チーズ	50g

■つくり方

- ① 食パンの耳はサイコロ状に切り、ほうれん草は茹でて3cm長さに切っておく。
- ② ウインナー、まいたけ、玉ねぎは、それぞれ細かく切る。
- ③ フライパンでウインナーを炒めて油を出し、まいたけ、玉ねぎを炒め、牛乳、水を加える。煮立ったら水溶き片栗粉を加え、全体にとろみがつくまで混ぜる。
- ④ とろみがついたら①、バター、塩を加える。
- ⑤ ④にチーズをふりかけ、弱火にしてふたをする。チーズがとろけたらできあがり。