



レシピ作成者 ウメ



材料

マカロニ 150g	アスパラガス 適宜
玉葱 1/2個	白ワイン 50ml
鶏もも肉 1枚	オリーブオイル 適宜
小海老 120g	
マッシュルーム1パック	

ホワイトソース	トッピング
牛乳 1000ml	溶けるチーズ
米粉 80g	パン粉
顆粒コンソメ 5g	
塩 少々	
胡椒 少々	
バター 20g	
卵黄 1個分	

作り方

- マカロニは茹で、グラタン皿に移します。
- 玉葱はみじん切りにします。鶏肉は小さめの角に切り、塩、胡椒をします。
小海老は背腸を取り、水洗いをし、水気を拭きます。マッシュルームは石附を取り、スライスします。
- アスパラガスは茹でてから斜めに切ります。
- フライパンにオリーブオイルを入れ、玉葱、鶏肉、海老、マッシュルームの順に炒め、白ワインを加え、煮詰めます。
- 鍋に牛乳と米粉を入れ、よく混ぜてから火にかけます。掻き混ぜながらとろみが付くまで煮込み、コンソメを加え、塩、胡椒で味を調え、4とアスパラガスを加えます。
- 火を止め、バターと卵黄を加えよく混ぜ、マカロニの上に渡し入れます。
- チーズとパン粉をのせ、オーブンで焼き色が付くまで焼きます。