

2月5日3年生

マカロニグラタン
コンソメスープ
ごはん
チョコレートムース



【マカロニグラタン】

<材料・2人分>

◎むきえび 60g ◎玉ねぎ 1/2個 ◎マッシュルーム 50g ◎サラダ油 大1/4
◎塩・コショウ 少々 ◎マカロニ 50g ◎スープの素 1/2個 ◎バター 大1 ◎パセリ 少々
◎チーズ 適量 ◎バター 大さじ11/2 ◎小麦粉 大3 ◎牛乳 300cc ◎ローリエ 1枚
◎塩 小1/6 ◎こしょう

<作り方>

- ① 玉ねぎは1センチ幅のくし形に切る。マッシュルームは固くしぼったぬれ布きんで表面をそっと拭き、5mm厚さに切る。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、玉ねぎを透き通るまで炒める。えび、マッシュルームを加えてさっと炒めて、塩、こしょうをふる。
- ③ 塩少々(分量外)を加えたたっぷりの熱湯にマカロニを入れ、かき混ぜながら固めに茹でる。ザルにあげて、水気をきる。
- ④ ホワイトソースを作る。鍋を弱火にかけてバターを溶かし、小麦粉をふり入れる。焦がさないよう混ぜながら、小麦粉の粘りがとれて、サラサラになるまで加熱する。牛乳を一度に加えて、溶きのばす。ローリエ、塩、こしょうを加える。かき混ぜながら、とろみが出るまで煮る。
- ⑤ ソースに、具、砕いた洋風スープの素、マカロニを加え混ぜる。グラタン皿にバターを薄く塗って①を入れる。チーズとパセリのみじん切りをふり、残りのバターを小さくちぎって散らす。高温(230~240℃)のオーブンで12~13分、こんがり焼き色がつくまで焼く。

【コンソメスープ】

<材料・2人分>

◎人参 1/6本 ◎玉ねぎ 1/6個 ◎ベーコン 1枚 ◎ブイヨン 300cc ◎塩・コショウ 少々

<作り方>

- ① ベーコンは短冊切り、玉ねぎは薄切り、人参は細切りにする。
- ② 鍋にコンソメ・水を入れ火にかけ、沸騰したらベーコン、野菜を入れる。
- ③ 野菜が柔らかくなったら、塩コショウで味を整える。

【チョコレートムース】

<材料・2人分>

◎ミルクチョコレート 100g前後 ◎生クリーム 200ml ◎ゼラチン 小1 ◎牛乳 80ml
◎水 小1 ◎ブランデーorラム 大1

<作り方>

- ① ゼラチンを水でふやかし、そこへブランデーorラムを入れる。
- ② ボールに刻んだチョコレートと、牛乳を投入し、そこへ①でふやかしたゼラチン(ブランデー入)も入れ、湯煎で溶かす。
- ③ 別のボールに生クリームを角が立つまで泡立てる。
- ④ ②のチョコレートが入ったボールが冷めたら、③の生クリームを半分投入し、ゴムベラなどで良く混ぜる。
- ⑤ 残りの生クリームを入れ、混ぜる。カップに入れ分け、冷蔵庫で冷やし、生クリームとアーモンドで飾る。