

ハヤシソースで もちもちパングラタン



約47分



材料（2人分）

「特定原材料8品目不使用 完熟トマトのハヤシライスソース」(ハ)	1袋(2皿分)
牛肉（薄切り）（3~4cm幅にカット）	70g
玉ねぎ（薄切り）	150g
サラダ油	小さじ1
水	300ml
みんなの食卓「お米でつくったしかくいパン」(日)	2枚
豆乳	小さじ4
ブロッコリー	4個(50g)
ミニトマト(半分にカット)	3個
「1歳からのノンエッグマヨ」(オ)	適量
オレガノ	少々



作り方

- ① 【ハヤシソースを作る】
厚手の鍋にサラダ油を熱し、玉ねぎをしんなりするまで炒め、さらに牛肉を加えて炒める。
水を入れ沸騰したらあくを取り弱火～中火で約15分煮込む。
いったん火を止めハヤシライスソースを少しずつ振り入れて溶かす。
再び弱火で時々かき混ぜながらとろみがつくまで約5分煮込む。
- ② 米粉パンは一口大にカットし豆乳を振りかけ染み込ませておく。
- ③ ブロッコリーはラップに包み電子レンジで50秒加熱しておく。（600W使用）
- ④ *オーブンを200度に予熱しておく。
グラタン皿を2個用意する。
米粉パン、ハヤシソース、ブロッコリー、トマトを半量ずつ入れる。
ノンエッグマヨを絞り予熱完了したオーブンで約15分焼く。
お好みでオレガノを振る。



使用商品



注)

- メニューレシピ内の()は企業名の略称です。
- (エ) エスエスケイフーズ株式会社、(オ) オタフクソース株式会社、(ケ) ケンミン食品株式会社、(永) 株式会社永谷園、(日) 日本ハム株式会社、(ハ) ハウス食品株式会社
- 特定原材料8品目不使用です。
- 特定原材料とは「えび・かに(*)・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生(ピーナッツ)」です。
- (*)使用商品中の海苔については、えび・かにの生息域で採取しています。