

クリスマスに☆ ライスパスタグラタン



食物アレルギー
配慮レシピ



材料 (3人分)

「ライスパスタ」(ケ)	100g
水	1 L
塩	小さじ1
【トッピング】	
ブロッコリー (小房に分ける)	80g
パプリカ (赤) (星型で抜く。型で抜いた後のパプリカはみじん切り)	1/2個
パプリカ (黄) (星型で抜く。型で抜いた後のパプリカはみじん切り)	1/2個
「1歳からのノンエッグマヨ」(オ)	適量
【ミートソース】	
玉ねぎ (みじん切り)	100g
牛豚ひき肉	150g
サラダ油	小さじ2
水	300ml
「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 (35g)
【豆乳クリームソース】	
水	160ml
豆乳 (無調整)	160ml
「特定原材料8品目不使用 シチューミクス<クリーム>」(ハ)	1袋 (35g)



作り方

- 鍋に水 1Lを入れて沸騰したら塩小さじ1を入れる。先にブロッコリーを入れて2分茹でて取り出しザルに上げる。次にライスパスタを加えてふつふつと沸騰する火加減で6分ゆでる。ゆであがったらザルに上げ湯切りする。
※キッチンばさみで5cmくらいにカットしておくとお食べやすい
- ＜ミートソースライスパスタ＞
フライパンにサラダ油を熱し、牛豚ひき肉を色が変わるまで炒める。玉ねぎとパプリカのみじん切りを加えて更に炒める。水300mlを入れ沸騰したらアクを取り弱火～中火で5分煮込む。いったん火を止め完熟トマトのハヤシライスソースを少しずつ振り入れて溶かす。再び弱火でかき混ぜながらとろみがつくまで煮込む。ここに①のライスパスタを加えてソースとなじませながら1～2分煮る。グラタン皿3つに等分に入れる。
- ＜豆乳クリームソース＞
別の鍋に水160mlを入れて沸騰させる。いったん火を止めシチューミクスを少しずつ振り入れて溶かす。再び弱火でかき混ぜながらとろみがつくまで煮る。とろみがついたら豆乳を少しずつ加え、かき混ぜながら加熱しホワイトソース状に仕上げる。
- ②のミートソースライスパスタの上に③の豆乳クリームソースをかける。真ん中にクリスマスツリーのイメージでブロッコリーをのせる。オーブントースターで3～4分焼いた後、ブロッコリーに雪のイメージでノンエッグマヨを絞り、パプリカの星をトッピングする。



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。