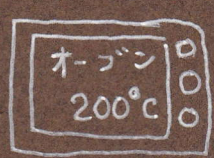


海の幸 × ベーコンで
ワインに合う簡単おもてなし一品



白身魚、レンコンとベーコンの
グラタネ
チーズを重ねてオーブンでカリッと焼くよ



準備
オーブンを 200°C に
予熱しようよ

作り方

- ① フライパンにバターを入れほうれん草と
さじと炒める。その後取り出し
耐熱バットに敷く
- ② ①のフライパンに油を加え(分量外)
ベーコンに焼き色をつけ、その後取り出し
そのままレンコンも焼き色をつける
- ③ ①のバットにトマト、レンコン、ベーコン
チーズ、魚の順番に盛りつけていく
- ④ ③の魚の上に、合わせていた⑤も
のせてオーブンで 15~20分
パン粉がカリッと焼きたら完成!



材料 (4人前)

(耐熱バット1台分)

- ・白身魚、切身 ... 4切れ (水分を拭いておく)
- ・塩、こしょう ... 適量
- ・ほうれん草 ... 1束 (食べやすい大きさにカット)
- ・にんにく ... 1片 (みじん切)
- ・バター ... 5g
- ・ベーコン ... 4枚
- ・レンコン ... スライス4枚
- ・トマト ... 1/2個 (スライス)
- ・スライスチーズ ... 4枚

- ⑤
- ・パン粉 ... 10g
 - ・パン粉分 ... 15g
 - ・パセリ ... 1g
 - ・オリーブ油 ... 大さじ1 (パン粉がしっとりなるくらい)
- ⑤合わせておく

②のベーコンは焼きすぎると
イェイガリが かたくなるので
予熱でさじと焼き目をつけるだけでいいよ

いわしやあじなどで代作っても
おいしくできますよ。