

分類	(○)50分以内でできるメインメニュー ()10分以内でできるサブメニュー		
献立名	マカロニグラタン		
材料・分量 (4)	(材料名) マカロニ 120g 鶏もも肉 160g 玉ねぎ 160g しいたけ 40g バター 20g 塩 4g こしょう 少々 粉チーズ 8g パン粉 8g パセリ 少々 *ホワイトソース 小麦粉 32g バター 32g 牛乳 600ml 塩 4g こしょう 少々	(概量) 小さじ 2/3 3カップ 小さじ 2/3	完成写真 
作り方			
※下準備等 ○オーブンを200℃に予熱しておく。		①マカロニをゆでる。 	
②材料を切る。 	③②をバターで炒め、調味する。 	④ホワイトソースを作る。 	
⑤マカロニ、炒めた具をホワイトソースの半量で和える。 	⑥グラタン皿に盛り、残りのホワイトソースをかけ、粉チーズ、パン粉、パセリをのせる。 	⑦200℃のオーブンで10分焼く。 	
(備考)			