

# ご当地 料理選手権

## 家康部門

### 👑 優秀賞



## 丸ごと折戸茄子のグラタン風

牧田まさ子さん

調理時間：30分/30分

折戸なす以外の食材費：500円



### 〈材料(2人前)〉

- 折戸なす(2個) ●鶏むね肉[こま切れ](50g)
- ピザ用チーズ(60g)
- ホワイトソース[スティック](1本)
- 塩、こしょう、サラダ油(少々)

### 〈作り方〉

- ① 折戸なすはヘタを切り、まわりを帯状に皮をむき、中をくり抜く。
- ② ①に塩少々を振り、水気をふく。
- ③ 鶏むね肉、①のくり抜いた折戸なすと一緒に炒め、塩、こしょうで味付けし、ホワイトソースをまわし入れる。
- ④ ③を②につめ、ピザ用チーズをのせ、レンジで5分、こげめをつける為オーブントースターで3分焼く。