

牡蠣と春キャベツのグラタン

\ 1POINT COMMENT /

キャベツの甘みが印象的な、やさしい味わいのグラタン。



材料（4人分）

INGREDIENTS

- キャベツ・・・1/2個
- 玉ねぎ・・・1/2個
- 牡蠣・・・200gくらい
- ヒラタケ・・・1パック
- 牛乳・・・1L
- 小麦粉・・・大さじ5
- バター・・・大さじ4
- パン粉・・・適宜
- 好みのチーズ・・・適宜
- 塩、コショウ・・・適宜
- パセリ・・・お好みで

作り方

<材料の準備>

- ・牡蠣は塩水で洗う。
- ・玉ねぎは薄くスライス、キャベツは長さ4cm、幅5mmの千切りにする。
- ・ヒラタケは手で裂く。
- ・オーブンを200℃に予熱しておく。

1. フライパンをにバターを熱し、玉ねぎがしんなりするまで炒める。
2. キャベツを加え、甘みがでるように茶色くなるまで5分以上じっくり炒めたら、ヒラタケを加えてしんなりするまで、さらに炒める。
3. 小麦粉を加え、粉っぽさがなくなるまでしっかりと炒める。
4. 牛乳を一気に加えて沸騰したら弱火にし、沸々させながら10分ほど煮込む。
5. 牡蠣を加えて混ぜながら、さらに2分ほど加熱し、塩、コショウで味を調える。
6. 耐熱容器に移してパン粉とチーズをのせ、200℃のオーブンで5分焼く。
7. 最後にお好みでパセリを散らしていただく。