

## レシピ名 豆腐のグラタン

ひよこ保育園



### 材料 分量(幼児1人分)

・豆腐	60 g
・牛ひき肉	15 g
・玉ねぎ	14 g
・人参	12 g
・バター	2 g
・小麦粉	3 g
・ウスターソース	1 g
・醤油	0.5 g
・トマトケチャップ	5 g
・砂糖	0.2g
・ピザ用チーズ	5 g
・油	1 g
・塩こしょう	少々

### 作り方

- ① 豆腐は1口大に切り、茹でておく。
- ② 玉ねぎ、人参をみじん切りにする。
- ③ 牛ミンチをバターで炒め、②を入れてさらに炒め、塩、こしょうをし、小麦粉をふり入れる。次に、ウスターソース、醤油、トマトケチャップ、砂糖を入れて煮込む。
- ④ グラタン皿に豆腐を入れ、③をかけ、ピザ用チーズをのせて、オーブントースターでチーズがとろけるまで10分程度焼いて出来上がり。

