**食品ロスをなくそう　使いきりレシピ**

～パンの耳グラタン～

食材を有効に使って

**レシピの紹介**

食パンの耳がグラタンに変身！

安く売っている食パンの耳を使って、環境に優しいレシピになっています。

**ポイント**

* ホワイトソースなしでもバターを加えることで風味アップ！
* マカロニを茹でる手間いらず！
* 食パンの耳がグラタンに変身！

****

**■材料　２人分**

食パンの耳 ２枚分

ほうれん草 ５０g

ウインナー ７本

まいたけ ５０g

玉ねぎ ５０g

牛乳 １００ml

水 １００ml

片栗粉 １０g

バター １０g

塩 少々

ピザ用チーズ ５０g

**■つくり方**

1. 食パンの耳はサイコロ状に切り、ほうれん草は茹でて3cm長さに切っておく。
2. ウインナー、まいたけ、玉ねぎは、それぞれ細かく切る。
3. フライパンでウインナーを炒めて油を出し、まいたけ、玉ねぎを炒め、牛乳、水を加える。煮立ったら水溶き片栗粉を加え、全体にとろみがつくまで混ぜる。
4. とろみがついたら①、バター、塩を加える。
5. ④にチーズをふりかけ、弱火にしてふたをする。チーズがとろけたらできあがり。

相愛大学　2022年4回生

***Hanayama***