

パスタの代わりに餃子、角型の耐熱皿の代わりに土鍋を使うラザニア風料理！

餃子の皮でラザニア風



ポイントアドバイス

餃子の皮がミートソースと相性が良く、手軽にイタリアンレシピを楽しめます。



材料<4人分>

餃子の皮	30枚
ピザ用チーズ	70g
オリーブオイル	適宜

③ホワイトソース材料

牛乳	150ml
バター	15g
小麦粉	大さじ1
ナツメグパウダー	適宜

①ミートソース材料

合いびき肉	250g
トマトソース缶	1缶
おろしにんにく	小さじ1
ケチャップ	大さじ2
ウスターソース	大さじ1/2
コンソメ顆粒	小さじ1/2
砂糖	大さじ1/2
黒こしょう	適宜
水	50ml

作り方

1) 電子レンジでホワイトソースを作ります。大き目の耐熱ボウルにバターを入れて電子レンジ加熱、バターが溶けたら小麦粉を混ぜます。これに牛乳の1/4量を入れて混ぜ、電子レンジ(600w)で60~80秒加熱して沸騰させたら取り出して混ぜます。これを4回繰り返し、最後にナツメグを混ぜたらホワイトソースの出来上がりです。



2) ミートソースを作ります。フライパンにオリーブ油小さじ1を入れて中火にかけ、合いびき肉、おろしにんにくを炒めます。合いびき肉に熱が入ったら、脂が出るので、余分な脂をキッチンペーパーで吸い取ります。ミートソース材料の他の材料全てを加え、一煮立ちしたらミートソースの出来上がりです。



※ミートソースは作りやすい分量で作っています。実際に使うのは3/4量で、1/4量は余るので、パスタなどにお使いください。

3) 耐熱ガラス皿(容量1リットル位、6号の土鍋でもOK)にオリーブオイルを塗ります。餃子の皮10枚を水にくぐらせて湿らせ、少しずらしながら重ねて置き、上にミートソースの1/4量、ホワイトソースの1/3量をのせ、ピザ用チーズ15gをちらします。これを3層重ねます。最後のチーズだけ多めに40gのせませ。これを210~220℃に予熱したオーブンで30分焼いたらでき上がり。切り分けてお好みでタバスコをふって頂きます。

