

# マカロニグラタン

## 材料 (4人分)

・マカロニ	80 g	・油	大さじ1
・油	小さじ1弱	・バター	15 g
・鶏肉	50 g	・薄力粉	30 g
・玉ねぎ	1/4個	・牛乳	400 g
・にんじん	1/2本	・しお	小さじ1/3
・しめじ	25 g	・こしょう	少々
・しお	小さじ1/3	・ピザチーズ	50 g
・こしょう	少々	・パセリ	少々

## 作り方

①鶏肉は一口サイズに切る。玉ねぎは横半分になり、薄切りにする。

にんじんは薄めのいちよう切り、しめじは小房に分ける。マカロニはゆでておく。

②鍋に油を熱し、鶏肉を炒める。その後、玉ねぎ、にんじん、しめじを加えてさらに炒め、しお、こしょうを加える。

③別の鍋に油とバターを弱火で溶かし、小麦粉を振り入れ、ホワイトソースを作る。木べらでかき混ぜながら、ゆっくり小麦粉に火を通していくと、さらっとしてくる。その後、牛乳を加え、よくかき混ぜる。もったりとした濃度になるまでかき混ぜ、しお、こしょうを加える。

④ゆでたマカロニと、②、③を合わせ、グラタン皿に流し入れる。上に、チーズをのせ、パセリを散らす。

⑤オーブントースターで、こんがり焼き色がつくまで焼く。