



氏名：花崎雪さん・訓恵さん（吉賀町：親子）

メニュー名	野菜たっぷりかんたんスープグラタン	
使用した地元食材	・まいたけ ・ミニトマト ・なす ・玉ねぎ ・ピーマン ・チーズ	
材料名	分量(4人分)	作り方
玉ねぎ	100g	①フライパンにオリーブ油を入れて玉ねぎがしんなりするまでよく炒め、まいたけと薄切りにしたなすを加えて軽く炒める。 ②水にコンソメ、みそ、塩を合わせ、混ぜてスープを作っておく。 ③①の炒めた野菜とミニトマトをスープ皿に入れ、②のスープをかける。厚さ1cmに切った食パンをスープの上に並べ、パンの上に輪切りにしたピーマンとチーズをかける。 ④200℃のオーブンで15分くらい焼く。
まいたけ	50g	
ミニトマト	8個	
なす	80g	
ピーマン	40g	
オリーブ油	大さじ2	
水	900cc	
コンソメ	12g	
塩	少々	
味噌	大さじ1	
(天然酵母の)		
食パン	120g	
ゴーダチーズ	80g	
料理の工夫・アピールポイント		
<p>☆パン、野菜、チーズなど一皿でとれること。 ☆天然酵母パンとみそは、お母さんが作ったもの。硬くなったパンでもおいしくできる。</p>		

