



かぼちやを丸ごと使う！ ～かぼちやの器グラタン～

材料

かぼちや…1玉
マカロニ…50～60g
玉ねぎ…30g
しめじ…40g
ベーコン…1枚
チーズ…50g
バター…30g
チキンコンソメ…10g
生クリーム…200cc
小麦粉…30g
水…300cc
パセリ…適量
塩コショウ…敵量

作り方

1. かぼちや1玉を丸ごと加熱します。
(レンジの場合20～25分、茹でる場合35～40分、蒸す場合1時間)
2. 加熱したかぼちやの上部1/4を切り、蓋を作ります。中身をスプーン等でくり抜き、種と果肉を分けて取り出します。
3. 玉ねぎ、しめじ、ベーコンをそれぞれ切り分けます。
4. フライパンにバターを中火で熱し、3.の具材を入れ炒めます。全体にバターがなじんだら小麦粉を入れダマにならないようによく混ぜます。
5. マカロニ、生クリーム、水を入れて10～15分煮詰めます。
6. マカロニが柔らかくなり、ソースもトロトロになってきたら、チキンコンソメとかぼちやの果肉を入れ、よく混ぜ合わせます。
7. さらに5分ほど煮詰めたら、かぼちやの器に流し、チーズをのせてトースターで5分ほど焼き色をつけます。
8. 最後にパセリを振りかけたら完成です。