

## SATOIMO al gratin

### さといものグラタン



#### 材料

(大・耐熱皿1個分)

里芋 中4~5ケ

玉ねぎ 2個

小麦粉 大さじ3

オルチョサンニータ 大さじ4

牛乳または豆乳 400cc

塩 小さじ1.5

パン粉 少々

パルミジャーノレッジャーノ 適宜

#### 作り方

- 1) 里芋は皮のままはしが通るまで柔らかく蒸す
- 2) 皮をむいて8mmほどにカットしておく
- 3) ベシャメルソースを作る  
フライパンにオルチョ、玉ねぎの極スライスをいれ火にかける  
全体にオイルが行きわたったらすぐに分量の塩を入れる  
中火で玉ねぎがしんなりするまで良くいためる(塩のタイミングと炒めがコツ)
- 4) 玉ねぎが1/4位に減ったら小麦粉を入れ3分ほどよくいためる
- 5) 牛乳または豆乳を3回に分けて入れ  
木杓子でかき混ぜながらとろみがつくまで様子を見る
- 6) 耐熱容器にオルチョを薄くぬり、里いもを入れソースを上からかける  
(好んでソースの中にパルミジャーノのおろしたものを加える)
- 7) 上からパン粉をふりかける
- 8) 熱したオーブン中段190度で20分焼く

中に入れる具はじゃがいも、かぼちゃ、さつまいも、カリフラワー・ほうれん草、ショートパスタなど好きなものを。パスタ以外は単品がおいしい。