

ミニかぼちゃぼくちゃんで作る 卵グラタン

<< オーヴントースターで出来る！ かぼちゃと卵のやさしい味わい >>



材料（1個分）

ミニかぼちゃぼくちゃん	1個 = 500g
半熟卵	2個
ハム	2枚
シュレッドチーズ	大さじ2
パセリのみじん切り	適量
塩	適量
ブラックペッパー粗びき	適量

A

シュレッドチーズ	大さじ1
マヨネーズ	大さじ2
日本酒	小さじ1
ナツメグ	適量
塩	適量
ホワイトペッパー	適量

作り方

- ① ミニかぼちゃぼくちゃんは、ゆるくラップで包み、600Wのレンジで5分間加熱する。途中、上下を返す。
- ② ヘタを挟んで上部に、V字状に十字の形に切り込みを入れて切り取る。1.5cm角に切る。
- ③ 本体は、種子とワタを取り除いて器にする。
- ④ 半熟卵は手で大まかに割る。ハムは1cm×1cmに切る。①のかぼちゃ、Aと共に合わせ、②の器に詰める。
- ⑤ シュレッドチーズをのせ、オーヴントースターで約15分間焼く。ブラックペッパー粗びき、パセリのみじん切りを飾る。

※POINT

レンジ加熱時、竹串が刺さるまで加熱して下さい。

