


レシピ名		チーズとかぼちゃトマトのグラタン	
	材料名	分量	
	ナチュラルチーズ	154g	
	かぼちゃ	300g	
	ミニトマト	100g(10 個)	
	魚肉ソーセージ	75g(1 本)	
	オリーブオイル	大さじ1	
	塩コショウ	適量	
材料	2 人分	調理時間	15 分
①	フライパンにオリーブオイル、5ミリ幅に一口大に切ったかぼちゃを入れ 蓋をして中弱火で加熱		
②	かぼちゃに火が通ったら軽く塩コショウで味付けをして、横半分に切ったミニトマト、5ミリ幅に切った魚肉ソーセージ、ひと口サイズに切ったチーズをのせ 蓋をして加熱。		
③	チーズが溶けたらお皿に盛って出来上がり。		
レシピの特徴やコメント、PRなど			
チーズがとろりとして野菜、ソーセージと共にボリュームのある一品になります。			
冷蔵庫にちょっと残っている野菜も一緒にちよい足しても良いですよ。			

野菜ソムリエプロ チーズプロフェッショナル
竹下博子