

## 「菜幸の1鉢」レシピ

## W・Mさんのレシピ

### かぼちゃの豆腐クリームグラタン

【材料 1人分】

かぼちゃ 3cm角	3~4個
絹ごし豆腐	1/6丁
オリーブオイル	小さじ1
塩	少々
こしょう	少々
ピザ用チーズ	大さじ1

※かぼちゃの代わりに、れんこんやごぼうなど煮物の残りもおいしいです。）

【作り方】

- ① かぼちゃは、カットしてレンジにかける。
- ② 豆腐は滑らかになるまでつぶして、オリーブオイルと塩、こしょうを混ぜる。
- ③ 耐熱容器にかぼちゃを入れて②をかけ、ピザ用チーズをのせて、オーブントースターや魚焼きグリルで焦げ目がつくまで焼く。

💰 1人分のおおよその値段 60円

★一人暮らしの10代・20代おすすめ

【オススメコメント】

ホワイトソースがわりの豆腐クリームが、チーズと相性が良くておいしいです！

