

ガスレンジ 自然対流式オーブン

チキングラタン

設定温度： 250°C

加熱時間： 7~9分

使用する備品： バット（付属品：430×340×40）

バット1枚分目安： グラタン皿3~4個（皿サイズ：210×110×30）（1個220~250g）

写真

オーブン 加熱前



オーブン 加熱後



材料（4個分）

鶏もも肉（1個10g）	80 g	ミックスチーズ	120 g
玉ねぎ（3mm厚スライス）	130 g	パン粉	12 g
サラダ油	適量		
A ホワイトソース	400 g		
牛乳	230 g		

作業手順

- ① サラダ油をひいたフライパンで肉、玉ねぎを順に入れ、炒める。
- ② 鍋でAを混ぜ合わせて、①を入れて沸騰させ、味を調える。
- ③ 耐熱容器に②を190g流し、ミックスチーズ、パン粉を散らす。
- ④ バットに③を並べ、予熱したオーブンで加熱する。



調理のポイント

- ・ 耐熱容器の大きさに応じて、加熱温度、時間を調節する。
 - ・ 表面に焼き色を付けたい場合、加熱前にパン粉または粉チーズを散らす、または、加熱後にミックスチーズを散らしサラマンダー等を使用するとよい。
 - ・ 加熱時間を短縮したい場合、設定の目安は、280°C・5分。
 - ・ 当レシピは、「RGR-0963D」で調理し、作成しました。
- その他の機種をお使いの場合は、好みの仕上がりに応じて、加熱時間、温度を調節してください。



Maruzen

株式会社マルゼン キッチンコンサルティング室作成

2021.7