

夏野菜のミートグラタン

7月9日（木）岩出山でとれた「なす」「ズッキーニ」を使って、手作り「夏野菜のミートグラタン」を作りました。夏ばて予防に、夏野菜をたっぷりとりましょう。



【作り方】



① 豚ひき肉とたまねぎをいためます。



② 角切りトマト、デミグラスソース、コンソメ、なす、ズッキーニを加えて、さらにいためます。



★大きなヘラでいためます。



③ いためた具をカップに入れて、チーズをのせて180℃のオーブンで焼きます。



④ こんがり色づいたら、できあがり！



「いただきます！」