

こめこ
米粉でつくろ〜!

マカロニグラタン

4~5人分

〈ホワイトソース〉

こめこ ... おおさじ5

きゅうにゅう ... 500cc

しお ... ニさじ 1/2

ニほろ ... すし

マカロニ ... 100g

たまねぎ ... 1/2こ

ハム ... 1パック

ミックスチーズ ... 1パック

パセリ ... すし

つくりかた:



2008.6.21

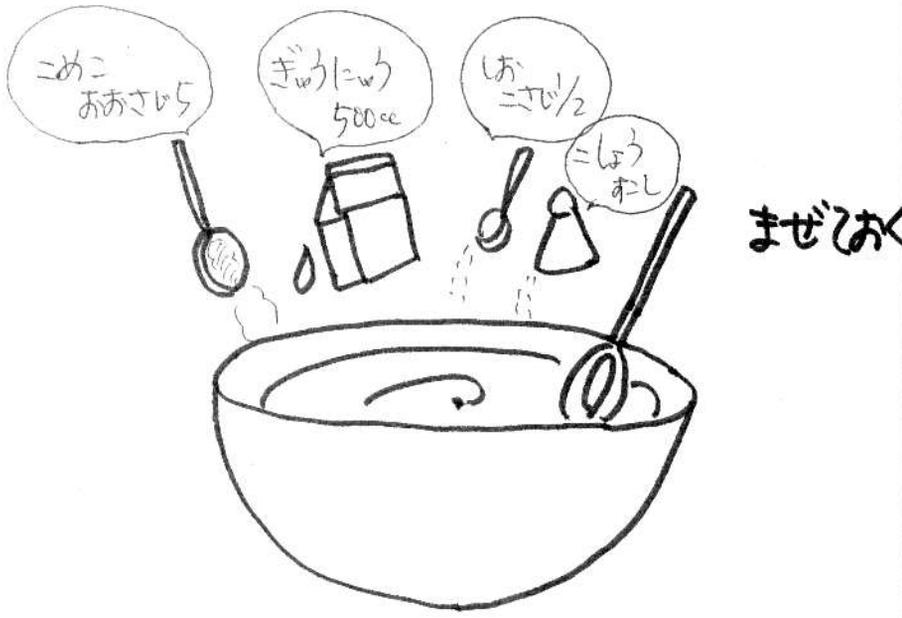
1. ホワイトソースの下じゅんび^{にて}

2. 具材の下じゅんび^{にて}

3. いため^に煮る

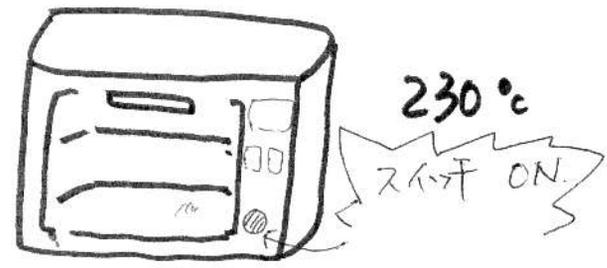
4. オーブンで焼く

1. ホワイトソースの下じゅんび



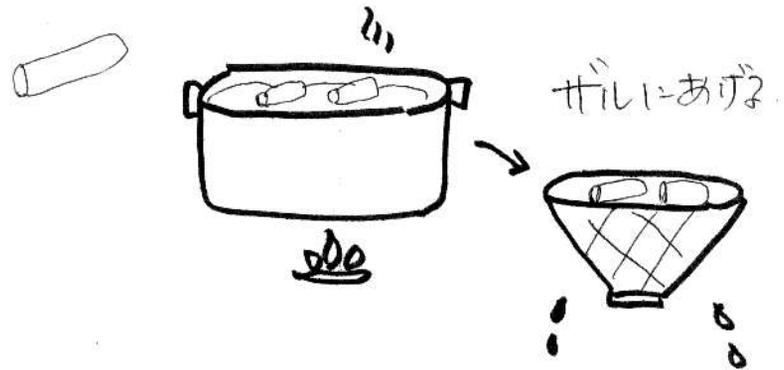
まぜおろ

オーブンをあたためはじめる



2. 具材の下じゅんび

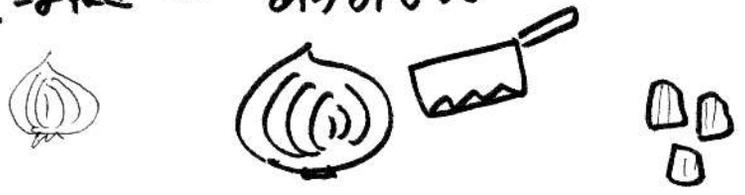
マカロニ ... ゆでる



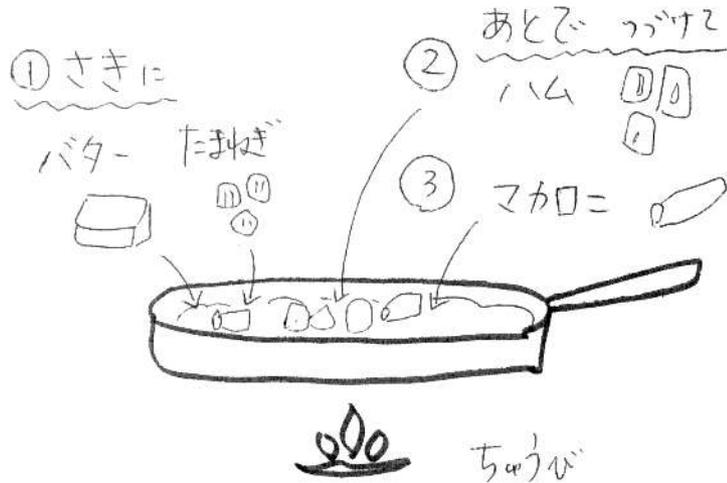
ハム ... 1cm 角 に切る



たまねぎ ... おろおろ



3. いためて煮る



つぎに ホワイトソースのもとを入れて、
おわびで煮る



4. オーブンでやく

うっわにわけ

