

\ Let's cook! /

料理名

作った写真を
はり付けてみよう



コメント

材料：4人分

- ロブスター：2尾
- ジャガイモ：2個
- カリフラワー：1/2個
- ブロccoli：1/2個
- ベシャメルソース：500ml
- チーズ（グラタン用）：200g
- パン粉：50g
- 塩、黒胡椒：各適宜

作り方

1. ロブスターを茹でて身を取り出し、一口大に切る。
2. ジャガイモ、カリフラワー、ブロッコリーを茹でる。
3. ベシャメルソースを温め、ロブスターと野菜を加える。
4. 塩、黒胡椒で味を調え、耐熱容器に入れる。
5. チーズとパン粉を上に振り、オーブンで焼き色がつくまで焼く。