

豆腐とチーズのグラタン

使用商品 豆乳びじん シーザードレッシング



調理時間
(目安) 15分

料理特徴

とろっと溶けたチーズと絹ごし豆腐の滑らかな口当たりが絶妙な、野菜たっぷりのレンジメニューです。

材料 2人分

| 材料名 | 使用量 | 材料名 | 使用量 |
|------------|------|-----|-----|
| 絹ごし豆腐 | 150g | | |
| かぼちゃ | 80g | | |
| ブロッコリー | 40g | | |
| トマト | 中1個 | | |
| チーズ(ピザ用) | 30g | | |
| シーザードレッシング | 大さじ2 | | |

作り方

- ①絹ごし豆腐は一口大に切ってキッチンペーパーに包んでレンジで軽く温め(目安:600w、1分)、水をきる。
- ②かぼちゃは5mm厚さの一口大、ブロッコリーは小房に分け、レンジで加熱する(目安600w、3分)。
- ③②に①・角切りにしたトマトを入れてシーザードレッシングをかけ、チーズを散らしてレンジで加熱する(目安:600w、1分30秒)。チーズが溶ければ出来上がり。