



手動オープン

設定温度の目安  
180℃



材料 (1斤)

食パン	1斤
バター	40g
<b>A</b> アスパラガス(4cm幅に切る)	2本
ブロッコリー(小房に分ける)	40g
ベーコン(1cm幅に切る)	4枚
玉ねぎ(薄切り)	80g
しめじ(小房に分ける)	30g
薄力粉	30g
牛乳	400mL
塩・こしょう	各少々
ナチュラルチーズ	30g
ミニトマト(へたを取り、半分にする)	4個
パセリ	適量

作り方

- 食パンは半分に切り、端を1cm、底面を1.5cm残して切り込みを入れ、中身を押し込む。
- フライパンをIHヒーターの中央に置き、バターを入れて「**中火**」で加熱し、**A**を炒めて塩、こしょうをする。
- 2**に薄力粉をまぶして、さっと炒める。
- 牛乳に塩、こしょうを入れて混ぜ、**3**に入れ、「**弱火**」でとろみがつくまで炒める。
- 食パンの器に**4**を流し込み、チーズを散らしてミニトマトをのせる。
- 5**をアルミホイルを敷いた平皿の中央にのせ、メニューの「**手動オープン**」「**180℃**」を選び、「**スタート**」ボタンを押し、様子を見ながら約15～20分焼く。
- 器に盛りつけ、パセリを飾る。