



作りかた

1. 大きめの鍋でラザニアをかためにゆで、水に取って冷まし、水けを切る。
2. バター（分量外）を塗った焼き皿に**ホワイトソース**、①、ミートソースの順に3~4段に重ね、チーズを散らす。
3. 黒皿の中央に②をのせ、**下段**に入れ **グラタン** **19 ラザニア** で加熱する。

加熱の目安

加熱：約19分

1回に作れる分量

1~2人分

使用付属品



黒皿 下段

カロリー

547kcal

塩分

2.7g

※カロリーと塩分は1人分または1回に作れる分量の値です。
このレシピはMRO-F5B対応レシピです。

注意



指示

黒皿の出し入れは、やけどのおそれがあるので、厚めの乾いたふきんやお手持ちのオープン用手袋を使う



指示

具によっては飛び散ることがあるので注意する

いかに使うときは全体に切り目を入れ、マッシュルームは切ったものを使ってください

材料

材料	1人分	2人分
ラザニア(乾めん)	1・1/2枚 (約25g)	3枚 (約50g)
ミートソース(缶詰)	1/4缶 (約75g)	1/2缶 (約150g)
ホワイトソース	カップ3/4	カップ1・1/2
ピザ用チーズまたは粉チーズ	30g	60g

ラザニアのコツ

容器は

耐熱性の陶器・磁器か耐熱ガラスを使ってください。

レンジ用のプラスチック製容器の物は焼けません

容器変形の原因になります。

ホワイトソースは

市販の物を使ってもいいでしょう。

焼く前に冷めてしまったら

具やソースがあたたかいうちに焼きます。焼く前に冷めてしまったら **レンジ** **500W** で人肌くらい（約40℃）にあたたためてから焼きます。

加熱室は冷ましてから

オープン、**グリル**、**脱臭** 使用後で加熱室が熱いと上手に仕上がりにません。

具の状態によって焼き色が違う

ホワイトソースのかたさやチーズの種類、食品メーカーによって、焼き色が異なります。

冷凍ラザニアはオートメニューでは焼けません

アルミケース皿のままテーブルプレートに並べ（市販の冷凍グラタンの並べかたを参照）、下段に入れ オープン 予熱無 210℃ で様子を見ながら加熱します。

加熱が足りなかったときは

グリル で様子を見ながら加熱します。