



作りかた

- 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。
- 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。
- 取り外したテーブルプレートに②を並べ、**中段**に入れ **人気メニュー 16 マカロニグラタン** で加熱する。

加熱の目安

加熱：約34分

1回に作れる分量

3~4人分

使用付属品



テーブルプレート
中段

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-S8A対応レシピです。

材料	3人分	4人分
ラザニア(乾めん)	4.5枚(約75g)	6枚(約100g)
ミートソース(缶詰)	3/4缶(約225g)	1缶(約300g)
ホワイトソース	カップ2・1/4	カップ3
ピザ用チーズまたは粉チーズ	90g	120g

ラザニアのコツ

容器は

金属製、ホーロー製の容器は使わない。耐熱性の陶器・磁器か耐熱ガラス容器で、20x20x5cmの焼き皿1枚を使います

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、**下段**に入れ **オープン 予熱無 210℃ 35~45分** で様子を見ながら加熱します。

焼くときの皿の置きかたは、下図のように並べてください。



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。

1、2人分は

仕上がりに調節 **弱** で加熱します。