



## 作りかた

1. 深めの耐熱容器にAを入れて混ぜ **レンジ** **600W** **約4分** で加熱し、**ホワイトソース** であえる。
2. 大きめの耐熱容器にバターを入れ **レンジ** **200W** **約1分** で加熱し、溶かす。
3. ②に、ごはんを入れてかき混ぜ、かるく塩、こしょうをして **レンジ** **600W** **約1分30秒** で加熱する。
4. バター（分量外）を塗ったグラタン皿に③を分け入れ、①をのせ、上にチーズを散らす。
5. 焼網に④を並べ、テーブルプレートに置き **060 えびのドリア** で加熱する。

### 加熱の目安

加熱：約18分

1回に作れる分量

1～4人分

### 使用付属品



焼網  
テーブルプレート

### カロリー

473kcal

### 塩分

1.5g

※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。

材料	1人分	2人分	3人分	4人分
A むきえび(背わたを取る)	50g	100g	150g	200g
A 玉ねぎ(みじん切り)	25g	50g	75g	100g
A 生しいたけ(薄切り)	1枚	2枚	3枚	4枚
A バター	5g	15g	20g	25g
ホワイトソース	カップ1/4	カップ1/2	カップ3/4	カップ1
冷やごはん	100g	200g	300g	400g
バター	5g	8g	10g	15g
ピザ用チーズまたは粉チーズ	20g	40g	60g	15g
塩、こしょう	各少々	各少々	各少々	各少々

### ドリア・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を使ってください。ラザニアは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。

#### 冷凍ドリ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黒皿に並べ（市販の冷凍グラタンの並べかた）、**中段**に入れ **オープン** **予熱無** **1段** **210℃** **34～46分** で様子を見ながら加熱します。

### 関連するレシピ

ホワイトソース



マカロニグラタン



えびのトマトソースグラタン



ラザニア

**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。