

栗カボチャ「ブラックのジョー®」の
丸ごと・皮ごとバターライスドリア

カボチャのレンビ



「ブラックのジョー®」の
器ごと食べられるバターライスドリア

材料

栗カボチャ	ビザ用チーズ…適量
「ブラックのジョー」1個	塩……………少々
タマネギ……………1/4個	こしょう……………少々
厚切りハーフペーコン50g	オリーブオイル
マッシュルーム…5〜6個	【バターライス】
バター……………30g	冷やご飯…茶碗2杯分
小麦粉……………30g	(約300g)
牛乳……………250mL	バター……………30g
コンソメ(顆粒状)小さじ2	塩……………小さじ1/2

下ごしらえ

●厚切りハーフペーコンは5mm幅、タマネギは粗みじん切り、マッシュルームはスライスしておく。

●「ブラックのジョー」にラップをして500Wの電子レンジで10分加熱(最初に5分加熱し、上下を返してさらに5分加熱)する。へたの部分を切り取りスプーンで種をかき出す。

作り方

- 耐熱容器にバターライスの材料を入れ、500Wの電子レンジで5分加熱しなじむようによく混ぜる。
- フライパンにオリーブオイルを熱し、下ごしらえした材料を炒める。タマネギがしんなりしたら塩・こしょうで下味をつける。
- いったん火を止めバターを溶かし、小麦粉を入れ、小麦粉の粉っぽさがなくなるまで軽く混ぜる。
- 牛乳とコンソメを入れて木べらでよくなじませ、火をつけ弱火でゆっくりかき混ぜながらトロミが付くまで煮込む。
- (2)の「ブラックのジョー」にバターライスを入れ、その上に(5)を入れる。
- ビザ用チーズをのせ、オーブンまたはオーブントースターで表面がこんがりするまで焼く。