

# ベーコンときのこのクリームパスタ

～キャセロール・煮る～

<材料> 2～3人分

パスタ (1.6mm・茹で時間9分) 160g

ベーコン (ブロック) 50g

しめじ 1パック

にんにく (みじん切り) 1片分

生クリーム 65cc

トマト水煮缶 (カット) 1缶 (400g)

水 300cc

コンソメ 小さじ1

砂糖 小さじ1/2

塩 小さじ1/2

こしょう 少々

A



<作り方>

1. Aを混ぜ合わせておく。

ベーコンは5mm角、長さ3cmの棒状に切る。

しめじは石づきを取ってほぐしておく。

2. キャセロールにパスタ・ベーコン・しめじ・にんにく・Aを均等に入れる。

アルミ箔で落とし蓋をし、蓋をする。

【マルチグリル】⇒【調理モード・煮る・15分】

3. 15分経ったら生クリームを加えて軽くひと混ぜする。

【マルチグリル】⇒【調理モード・煮る・5分】

<MEMO>

・アプリで自動調理も可能

・パスタの種類 (太さ・茹で時間) によって加熱時間を調整してください

# 和風ミルフィーユカツ

～プレート・ノンフライ～

## <材料> 2つ分

	豚ロース肉（薄切り）	10枚
	のり	1枚
	スライスチーズ	4枚
【	梅干し	3個
	酒	大さじ1
A	薄力粉	大さじ3
	溶き卵	1個分
	水	大さじ3
B	パン粉	1カップ
	オリーブ油	大さじ2
	オリーブ油	小さじ2



## <作り方>

1. スライスチーズは半分に切る。  
のりは8等分に切る。  
梅干しをたたき、酒を加えて伸ばす。  
Aの材料を混ぜ合わせておく。  
Bのパン粉にオリーブ油をしっかりまぶし、ノンフライ用パン粉を作る。
2. まな板の上に豚肉・のり・チーズ・梅肉の順で重ね、これを4回繰り返す、最後は豚肉を一番上にする。同じものをもう1つ作る。
3. 2の重ねたものを少し抑えるようにして、静かにAにくぐらせ、次にパン粉の中に落とし入れ、まんべんなくつける。
4. プレートに3を並べ、オリーブ油をまんべんなくふりかける。  
【マルチグリル】⇒【調理モード】⇒【ノンフライ】⇒火加減 中・12～14分

## <MEMO>

- ・市販の梅ペーストを使用してもよい 30gくらい
- ・高さが出すぎると焦げるので注意

# チョコプリン

～キャセロール・蒸す～

<材料> 高さ3～4cmのココット4個分

ココア	10g
卵	1個
牛乳	150cc
生クリーム	50cc
砂糖	大さじ1・1/2
アラザン	適量
チョコスプレー	適量



<作り方>

1. ボウルにココアを入れて牛乳を少しずつ加えながら混ぜ、生クリームを加えて混ぜる。
2. 別のボウルに卵を溶き、砂糖を加えて混ぜ、1を加える。砂糖が溶けるまで混ぜたらザルでこす。
3. 2をココットに4等分にし、キャセロールに器を並べ、水300ccをまわりに注ぎ、蓋をする。  
【マルチグリル】⇒【調理モード】⇒【蒸す】⇒6分⇒そのまま5分おく
4. キャセロールから取り出し、そのまま冷ます。  
上にアラザンとチョコスプレーをふる。

<MEMO>

- ・アプリで自動調理可能