

マカロニグラタン

その他

材料

10人分

マカロニ	200g
玉葱	400g
鶏もも肉	300g
マッシュルーム	100g
塩・コショウ	少々
ホワイトソース	900g
パン粉	30g
粉チーズ	30g
ピザチーズ	200g



作り方

ホテルパン 25mm・グラタン皿

1. 玉葱は千切りにし、鶏もも肉・マッシュルームと炒める。
2. 1.の中に茹でたマカロニとホワイトソースを加え混ぜる。
3. 容器に盛り付けパン粉・チーズをふり、**ホットエアーで250℃9分焼く。**

栄養量

1人分

熱量	377kcal
たんぱく質	17.6g
脂質	20.2g
炭水化物	29.2g
塩分	1.9g