

① ゆず味噌ドリア



【調理時間 45分】

【材料(4人分)】

ごはん	400g
鶏ももひき肉	200g
玉ねぎ	200g
しめじ	1株
ゆず	90g(小1玉)
チーズ	40g
小麦粉	40g
牛乳	400g
ゆずみそ	40g
(ゆず福：ひだまり工房北庄西)	
油	適量
こしょう	少々
バター	適量

【作り方】

- ① 玉ねぎを千切り、しめじはいしづきを落とし、ほぐす。
- ② ゆずの皮をむき、白いワタを包丁で削ぎ落として千切りにし、果汁をしぼっておく。
- ③ 耐熱皿にバターをぬり、ごはんをしきつめる。
- ④ オーブンは250℃に予熱。
- ⑤ フライパンに油をしき、肉→玉ねぎ→しめじの順に炒める。
- ⑥ しんなりしたら小麦粉を加えて炒める。
- ⑦ 混ざったら、牛乳、ゆず皮、ゆず果汁、ゆず味噌、こしょうを加えて煮立たせる。
- ⑧ とろみがついたらごはんの上にかけて、チーズをのせてオーブンで10分焼く。
- ⑨ 焼き目がついたら完成。

【ポイント】

洋風のドリアにゆずをたっぷり使い、和風っぽく調味をしています。丸ごとゆずが入るので香りも良く、あますことなく食べられます。ゆず福のやさしい甘味で、いくらでも食べられます。フライパン1つでソース作りまで全てできます。