



鮭とブロッコリーのグラタン

調理時間10分

【材料 2人分】

ブロッコリー	1/2株
鮭フレーク(缶詰)	大さじ3
生クリーム	50cc
ピザ用チーズ	40g
パン粉	大さじ2
塩・こしょう	少々

【作り方】

1. ブロッコリーを洗って小房に分け、軽く塩ゆでしてザルにあける。
2. 耐熱性の器に1を並べ、鮭フレークを全体にまぶし、生クリームを加えて塩・こしょうをふる。
3. 2にチーズとパン粉をのせ、オーブントースターで5分焼く。