

うべの美味しい食材×飲食・菓子店

# うべ食 レシピ

Ube food recipes

ロールキャベツグラタン

うべの食材 × プロのレシピでつくる  
家庭でできるおいしい料理

## ロールキャベツグラタン

Ube food recipes

材料 (2人前) / 所要時間 40分

・市販などのハンバーグの種	80g×2個	・キャベツの葉	2枚
・バター	50g	・小麦粉	50g
・牛乳	500g	・生クリーム	100g
・粉チーズ	少々	・塩	小さじ1
・ミックスチーズ	大さじ1		
(またはスライスチーズ1枚)			

作り方

- ① 強火で熱したフライパンにサラダ油大さじ1をひく。形を整えたハンバーグの種を片面30秒〜1分程焼き、両面に焼き目をつける。
- ② 鍋に対してキャベツの葉がつかるくらいのお湯を沸かし、キャベツの葉2枚を茹でる。  
しんなりするまで茹でたら、氷水にとって冷やす。
- ③ 鍋にバター50gを入れ中火にかける。バターが全部溶けたら、小麦粉50gを加え、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
- ④ 一旦火を止め、牛乳500gを加えてよく混ぜる。
- ⑤ 再度中火にかけ、生クリーム100gを加えてよく混ぜる。とろみがついたら粉チーズ少々・塩小さじ1で味を整え、ザルでこす。
- ⑥ 氷水にとっておいたキャベツの葉の水気をキッチンペーパーで取り、ハンバーグを包む。耐熱皿にのせ、上から⑤をかける。
- ⑦ ミックスチーズ大さじ1 (またはスライスチーズ1枚) をのせ、170℃に予熱したオーブンで15分程焼き、軽く焦げ目がついたら完成!

提供

ポレポレ

宇部市松島町16番26号



詳しく知りたい方はコチラ!

レシピ動画を youtube にて公開中▷



発行：宇部市