ほうれん草のココット



調理時間　約25分
カロリー　266kcal(1個分)

材料　(直径9cmココット皿3個分)

ほうれん草	100g
ベーコン	2枚(36g)
バター	5g
塩・コショウ	少々
サラダ油	適量
(A)	
卵	1個
生クリーム	50ml
牛乳	50ml
粉チーズ	50g

作り方

1. ほうれん草は下茹でして5cmの長さに切り、水気を絞る。ベーコンは1cm幅に切る。
2. フライパンを熱し、バターを入れて(1)を塩コショウして炒め、冷ましておく。
3. グリルプロ・ココットにサラダ油を塗り、(2)を分けて入れ、合わせたAを流す。
4. (3)をグリルに入れ、両面焼グリルの自動モード・グルメ・グラタン標準を選択し、点火する。手動の場合、上火強、下火強で5分焼く。

スイッチひとつできれいな焼き色が付けられます。 ※直火対応の耐熱ココットをご利用ください。今回は、グリルプロココット((株)ミヤオカンパニー製)を使用しています。