レンコンときのこのサクサクパン粉のせ



調理時間	15分
カロリー	392kcal

材料 (ココットプレート1枚分)

れんこん	150g
しめじ	1/2袋
まいたけ	1パック
(A)	
マヨネーズ	大さじ2
粒マスタード	大さじ1
にんにくすりおろし	1かけ分
塩	小さじ1/4
パン粉	15g
パセリ	適量

作り方

1. れんこんは皮をむき3mm幅にスライスし、水にさらして水気をよくふき取る。しめじ、まいたけは小房にほぐす。
2. (1)をボウルに入れ、(A)を加えざっくりと混ぜ合わせる。
3. (2)をココットプレートにのせ、パン粉を振りかけてフタをして「ココットプレート・タイマー設定10分」で加熱する。焼きあがったら仕上げにパセリを散らす。

《レシピ監修　野島ゆきえ》 スライスしたれんこんときのこにマスタードのきいた味付けをし、上からパン粉をかけて焼きました。