



根菜にジューシーなラグーとホワイトソースを重ねた
贅沢ベジラザニア

根菜のラザニア

対応製品名 : ベジタブル スパイラルスライサー

使用部品 : アンクルチューブ、カッティングコーン (ブルー)

調理時間 : 60分

材料 (直径24cmの耐熱皿 1皿分)

れんこん	1節 (正味150g)
長芋	1本 (正味150g)
ズッキーニ	2本 (正味300g)
にんにく	1片 (芽を取り、みじん切りにする)
玉ねぎ	1/2個 (みじん切りにする)
オリーブオイル	大さじ1/2
牛粗ひき肉	150g

A

赤ワイン	大さじ1
トマト缶	1缶
ローリエ	1枚

塩	2g
黒こしょう	小さじ1/4

B

米粉	大さじ2
豆乳	300ml

バター	15g
塩	1g
ホワイトペッパー	適量
ピザ用チーズ	20g
パセリ	適量 (みじん切りにする)

作り方

下準備

- ・オーブンは180℃に予熱する。

下準備 (製品で切る野菜)

- ・れんこん、長芋は皮をむく。
- ・れんこん、長芋、ズッキーニはアンクルチューブに入る大きさに切り、両端を平らに切っておく。

1. [ミートソースを作る] 鍋にオリーブオイルを入れ弱火で熱し、にんにく、玉ねぎを入れ、しんなりするまで炒めたら牛粗ひき肉を加え、さらに炒める。
2. Aを加え、時々かき混ぜながら10分ほど煮込み、塩と黒こしょうで味をととのえる。
3. [ホワイトソースを作る] 鍋にBを入れよく混ぜ、バターを入れ弱火で熱し、とろみが出るまで混ぜ、塩とホワイトペッパーで味をととのえる。
4. [野菜を切る] れんこん、長芋、ズッキーニはアンクルチューブとブルーのカッティングコーンで波形薄切りにする。
5. 耐熱皿に3、2、4の順に重ね、ピザ用チーズをかけ、180℃のオーブンで約30分焼き、パセリをあしらう。