

メニュー名	カレーポテトグラタン
調理のポイント	作りすぎて余りがちなカレーを最後の一口まで飽きずに食べられるレシピです。
	す。じゃがいもとチーズを合わせて、濃厚なのにどこかほっとする味です。
	食品ロスを削減し、ちょっと贅沢なリメイクレシピになっています。

【材料】

食材	分量（2人分）
余ったカレー	200 g
じゃがいも	1個（200g）
バター	小さじ5（20g）
ピザ用チーズ	大さじ5（40g）
塩コショウ	少々

【作り方】

①	じゃがいもは皮を剥き、2～3mmの厚みに切る。
②	耐熱皿にじゃがいもを重ねないように並べ、ラップをして4～5分加熱する。
③	カレーを別皿に入れてレンジで温めておく。
④	耐熱皿にじゃがいも、カレー、チーズの順に重ねる。重ねたら上にバターを置く。
⑤	180℃に予熱したオーブンで10～15分焼く。

【写真】



【栄養価】

1人分			
エネルギー	:	294	kcal
たんぱく質	:	7.4	g
脂質	:	19.8	g
食塩相当量	:	1.8	g