



ハマチカルボドリヤ

・材料 (4人分)

ハマチ	320g
ベーコン	4枚
生クリーム	100g
粉チーズ	大さじ2
卵	2個
ご飯	320g
塩・コショウ	少々
砂糖	大さじ2
しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ2
とろけるチーズ	4枚
牛乳	100g

・作り方

- ① ハマチを角切りにし、しょうゆ、みりん、砂糖で甘辛くいためる。
- ② バターでベーコンをいため、牛乳、生クリームを入れて一煮立ちしたらご飯を入れる。
- ③ ②に溶いた卵と粉チーズ、とろけるチーズをのせ、パン粉をふり、オーブンでこげめがつくまで焼く。
- ④ 仕上げにパセリをふりかける。