



<材料> 2人分

なま麩 (もみじ、あわ) 1/8本
 ホタテ (殻付き刺身用) 2個
 野菜入りトマトソース
 トマト 1個
 玉ねぎ 1/4個
 にんにくみじん切り 1/2片
 セロリ 1/3本
 にんじん 1/3本
 塩コショウ少々、オリーブ油大さじ1
 パルミジャーノ・レッジャーノ大さじ3

<作り方>

1. ホタテは貝柱はスライスし、ひもは細かくきざむ。
2. なま麩は食べやすい大きさに切る。
3. **トマトソース** 玉ねぎ、ニンニク、セロリ、ニンジンはみじん切りにする。トマトは湯むきし、あらみじん切りにする。フライパンにオリーブ油と玉ねぎ、にんにく、セロリを入れよく炒める。ニンジンも加え更に炒め、トマトとホタテのひもをいれ、トロリとなるまで炒め煮し、塩、こしょうで味を整える。フードプロセッサーにかける。
4. 殻に2.と1.をのせ、3.をたっぷりかけ、チーズを散らし180度のオーブンでチーズが溶けるまで焼く。