



536Kcal、塩分0.9g(1人分)、調理時間25分

<材料> 4人分

帆立 8個  
 ジャガイモ 2個  
 玉ねぎ 1個  
 なま麩 1/4本  
 A 白ワイン、水各カップ1/2  
 B Aの煮汁+生クリームカップ1/2  
 C 卵黄 4個  
 生クリーム カップ1/2  
 Bの煮汁  
 D 溶かしバター大さじ2、レモン汁  
 大さじ1、塩こしょう少々  
 もみじ麩 4枚

<作り方>

1. 帆立は半分にスライスし、ジャガイモはイチョウ切り、玉ねぎは薄切りにする。
2. なま麩は1cm角に切る。
3. 1. 2.を鍋に入れAでさっと煮る。
4. 3.の煮汁を煮詰め生クリームを混ぜる。
5. Cをボールにいれ湯せんで泡立てもったりさせ、Dをくわえソースを作る。
6. ココット型に①の帆立、ジャガイモ、玉ねぎ、生麩を入れ5.のソースをかけ、もみじ麩をのせ、200度のオーブンで10分焼く。