

# 岐阜の恵みドリア



## 【材料】（5人分）

鮎 5匹、じゃがいも ½個、しめじ 100g、ほうれん草 1束、アスパラ 3本、  
玉ねぎ ½個、ハム 50g、お米 350g、水 500cc、オリーブオイル 大さじ2  
小麦粉 大さじ4、バター 大さじ2、牛乳 500cc、コンソメ 10g、チーズ 75g

## 【作り方】

- 1 お米をといで分量の水に30分浸透させ、炊く
- 2 野菜をひとくち大に切る、じゃがいも、玉ねぎは皮をむき、うすくスライス
- 3 鮎を3枚におろし、骨を除き、フライパンにオリーブオイルをひき軽く塩をふり両面を焼く
- 4 鮎を取り出し、2を炒める
- 5 小麦粉とバターをフライパンに入れて弱火で炒め牛乳を少しずついれ、コンソメを入れ、とろめがいたら火をとめる
- 6 グラタン皿にご飯と炒めた鮎と野菜を入れ5のホワイトソースをかけチーズをのせてオーブンで12分焼く

