

◎ 豆腐のラザニア風 ◎

2025年6月のレシピ④

レシピ提供：シトロン ヨーコ先

豆腐をパスタのラザニアの代わりに使用したのでラザニア風です。
ワインと豆腐のマリアージュをお楽しみください。

■材料（2人分）

木綿豆腐	300 g	
シュレッドチーズ	100 g	
ミートソース	300 g	以下より
【ミートソース】		
牛ひき肉	250 g	
トマト缶	1缶 400 g	ザル漉ししておく
人参・セロリ	各30 g	みじん切り
玉ねぎ	1/4個	みじん切り
赤ワイン	60ml	
油・塩・胡椒・ローリエ	各適量	



■ポイント■

豆腐の水切りをしっかりとすることで弾力が生まれます。
また水切りが十分でないと焼いたときに水が出ます。
水切りはレンジを使用しないほうが風味よくおいしいですよ。



1

豆腐はキッチンペーパー2枚で包み網の上に置いて上に1キロほどの重しをして30分以上置いて水切りをする。8ミリ厚さに切る。

2

人参・セロリ・玉ねぎはみじん切りにする。

3

鍋に油を熱し、人参・セロリ・玉ねぎを甘い香りになるまで炒める。牛ひき肉を加え、焼き色が付いたら返、し肉汁を逃さないように焼き付けながら次第にほぐしていく。赤ワインを加え、強火にしてアルコールを飛ばす。トマト缶・ローリエを加え時々ヘラで混ぜながら40分煮る。塩・胡椒で味を調える。

4

耐熱皿に豆腐→チーズ→ミートソース→豆腐→チーズ→ミートソース→チーズの順に重ねて入れ、240度に熱したオーブンで約7分焼く。