

ふろふき新玉ねぎ



材料 2 人分

新玉ねぎ	1 個	☆	味噌・みりん	各大さじ 1
昆布	適宜		酒・砂糖	各小さじ 1
水	適宜			
葉ねぎ	少々			

作り方

- ① 玉ねぎの皮をむき下の芯の部分を取り、上下で半分にする。
- ② 耐熱容器に玉ねぎを入れラップをしてレンジで6分程度加熱する。
- ③ 昆布を洗い、鍋に水と一緒に入れておく。
- ④ ②の玉ねぎを昆布の上にのせたら弱火で蓋をして 5 分煮る。
- ⑤ ☆のみそだれを合わせておく。
- ⑥ 玉ねぎを崩れないようにお皿に盛って☆のみそだれを上にかける。
- ⑦ 最後に細かく刻んだ葉ネギをのせる。

* 残りの昆布スープは冷蔵庫の残り野菜など入れて活用すると便利です。