

# ふうふき新玉ねぎ



## 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とり、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。
- ④②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☆のみぞ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☆のみぞだれを上にかける。
- 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。