

うまいレシピ

レンチンで簡単！

新玉ねぎの塩こんぶ蒸し

新玉ねぎの甘さと柔らかな食感が楽しめる一品です。塩昆布の塩気とバターが絶妙に絡み合い、まるごとひとつぺろりです。忙しい時でも簡単に作れるおかずとして最適！新玉ねぎに塩昆布とバターをよく混ぜて召し上がってください。



おいしくて簡単になる
毎週土曜日17:24
うまいレシピ
放送中!!



材料(2人分) 調理時間 約10分

- 新玉ねぎ 1個
- 塩こんぶ 5g
- バター 10g
- お好みで小口ねぎ ごま ポン酢 適量

【作り方】

1. 新玉ねぎは皮を剥いて泥をよく洗い芽と根の部分、上下を1~2cm切り落とします。片方に米の字に切り込みを入れます。
2. 耐熱皿に新玉ねぎをひとつずつ入れたら塩こんぶを乗せてその上にバターを乗せてラップをピッタリします。
3. 600Wの電子レンジで4~5分加熱します。

※玉ねぎの大きさにより調整電子レンジから取り出してラップを外したら、お好みで小口ねぎ、ごま、ポン酢をかけて召し上がれ。

