

うまいレシピ

レンジで簡単！

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。



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、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。

