

新玉ねぎも レンジでチン♪

まるごと

まるごと チーズ焼き

- 材料 (2人分)
- ・ 新玉ねぎ 2コ (皮をむいてレンジでチンしたもの)
 - ・ ピザ用チーズ 適量
 - ・ 塩、ブラックペッパー 適量
 - ・ パセリみじん切り

作り方

新玉ねぎの上に、チーズをのせて、オーブントースターで
こめり火炙く。塩とブラックペッパーをふって
最後に、パセリのみじん切りを
のせる

新玉ねぎのレンジでチン♪
の方法

- ・ 玉ねぎの上の部分を
カットして皮をむき、
下の部分は、バラバラに
丁寧なように
うすく、カットし、
耐熱皿にラップをかけて
玉ねぎを6分くらい
レンジでチンする。
冷めたら、タッパーに
入れて保存しておく
アレンジができる

アレンジ

冷まして
ポン酢をかけて
かつおぶしをかけても
よし。
コンソメスープに
まるごとチンした玉ねぎを
入れても Good !!