



# 博多じょうもんさん 今月のおすすめレシピ



## 新たまねぎとアスパラのチーズ焼き

(材料) 4人分

アスパラガス	1束(4本くらい)
新玉ねぎ	1個
バター	大さじ1
とろけるチーズ	適量
ブラックペッパー	お好みの量



### (作り方)

1. 新玉ねぎの皮をむき、適当な厚さに櫛切りにし、耐熱皿にのせてバターをぬり、ラップをかけて電子レンジ600W5分程加熱する。
2. アスパラガスを適当な大きさに切り、ゆでた後1の玉ねぎの上のにのせ、ブラックペッパーとチーズをお好みの量のせて200℃に予熱したオーブンで7分程焼く。

※トースターで焼いてもOK!お好みでしょう油をたらして食べても美味しいです!



## 新玉ねぎのスープ煮

(材料) 4人分

新玉ねぎ	大 2個		
鶏ミンチ	100g		
れんこん	100g		
溶きたまご	1/2個	コショウ	少々
コンソメ	1個塩	片栗粉	少々
水	300CC	パセリのみじん切り	適量

### (作り方)

1. 玉ねぎを横半分に切り、内側の芯の部分を3~4枚くらい取って玉ねぎを器状にする。
2. 鶏ミンチに1でとった玉ねぎのみじん切りにしたもの、れんこん(半分はすりおろし、半分はみじん切り)を混ぜ、塩コショウで味付けをつけ、溶きたまごを入れよく混ぜる。これを4等分にしておく。
3. 1の玉ねぎの器の部分に片栗粉をふり、2のミンチを詰める。
4. 鍋に3を並べ、水とコンソメで10分くらい煮て、お皿に盛りつけ最後にパセリをふりかければ出来上がり。

