

## 新たまねぎのカレーチーズ焼き

### (材料) 4人分

新たまねぎ	小玉3~4個
にんにく	1片
とろけるチーズ	適量
オリーブオイル	大1
カレーパウダー	小2
塩	適量
乾燥パセリ	適量

### (作り方)

- ① 新たまねぎは厚さ1センチほどの輪切りに切る。にんにくは薄切りにして芽を取っておく。
- ② フライパンにオリーブオイルをひき、にんにくがきつね色になるまで焼き、取り出しておく。
- ③ ②のガーリックオイルで新玉ねぎの形を崩さないように両面を焼き、カレーパウダーと塩で味を調える。
- ④ ③を耐熱皿に移して、チーズをのせてオーブントースターで5~6分焼く。パセリと②で取り出したにんにくチップをちらす。

## まるごと新たまねぎのスープ

### (材料) 2人分

新たまねぎ	小玉4個
水	600cc
コンソメの素	2個
チーズ	適量
塩	少々
粗挽きこしょう	少々
パセリ	少々

### (作り方)

- ① 新たまねぎはラップにくるんで半透明になるぐらいにレンジにかける。(500W3分~5分ぐらい)  
※レンジのかけすぎに注意!
- ② 鍋にお湯を沸かし、コンソメスープを作る。
- ③ レンジにかけた新たまねぎを②に入れ10分煮込み、塩・粗挽きこしょうで味を調える。
- ④ 器に移して、チーズ、パセリをのせる。

## 新たまねぎのカレーチーズ焼き



## 新たまねぎのまるごとスープ

