



3/3 (金) 新たまねぎとソーセージのグツグツ煮 (今道 康弘さん)

(材料 2 人分)

新たまねぎ：1 個 (150 g)
ソーセージ：2 本
アボカド：50 g
ミニトマト：4 個
A チョーコー醤油
「たまねぎドレッシング」：40 g
E.V.オリーブオイル：20 g
ピザ用チーズ：50 g

- ① 新たまねぎは4等分のくし型に切る。ソーセージは 1 cm 幅の輪切りにして、アボカドは 1 cmの角切りにする。ミニトマトはヘタを取る。
- ② グラタン皿に①の新たまねぎ・ソーセージ・アボカドをおき、Aをかけ、ミニトマトを彩りよくおいて、チーズをのせる。
- ③ ②にラップをかけて、600Wのレンジで7分加熱する。

レシピはNBC アプリまたは<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。