



おいしく・健康的に 食べよう
Kitchen Smile
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



期間限定の岩津ねぎを味わう! 岩津ねぎのグラタン



味噌と
マヨネーズが
岩津ねぎと
相性ピッタリ!

一人あたりのエネルギー 285kcal	食塩相当量 1.5g	調理時間 約20分
-------------------------------	----------------------	---------------------

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

岩津ねぎ……………1本
ぶなしめじ……………1/2パック
A 味噌……………小さじ2
マヨネーズ……………大さじ4
ピザ用チーズ……………40g

■作り方

- ① 岩津ねぎは1cm幅の斜め切りに、ぶなしめじは石づきを切り落とし、ばらばらにする
- ② 耐熱容器に①を入れふんわりとラップをし600Wの電子レンジで1分半程度加熱する
- ③ Aを混ぜ合わせ②に加え、さっくりと混ぜる
- ④ ③をグラタン皿に盛り付け、チーズをかけてからアルミホイルをかぶせてオーブントースターに入れ10分程度焼いたら、アルミホイルを取ってさらに3分程度オーブントースターで焼く

cooking memo