



5/26 (火) 話題の同時めし〜新たまねぎご飯とホイル包みのおかず

(材料)

<新たまねぎご飯>

新玉ねぎ：1〜2玉

米：2合

コンソメキューブ：1個

オリーブ油：適量

① 炊飯釜に研いだ米とひたひた強の水を入れる。

② 好きな大きさに切った新たまねぎとコンソメ、オリーブ油を入れて混ぜ、普通に炊く。

<ホイル包みのおかず>

鮭、しめじ、キャベツ、ブロッコリー、
パプリカ、など

バター

塩こしょう

① ホイルにお好きな具材を入れて包み、炊飯釜の米の上に乗せて、一緒に普通に炊く。

レシピは、ゆめタウン夢彩都サービスカウンター（3階と地下1階）に置いています。
また、NBC アプリや<インターネット><http://www.nbc-nagasaki.co.jp/>でもご覧になれます。