

5/23(金)

## 新たまねぎのツメツメ煮

(ゆきさん)

(材料2個分)

たまねぎ(大):1個(300g)

A  
合いびき肉:100g  
パン粉:5g  
たまご(小):1個  
塩こしょう:適量

小麦粉:適量

B  
水:500ml  
和風だしの素:大さじ1弱  
砂糖:40g  
薄口醤油:大さじ1  
濃口醤油:大さじ2

小ねぎ(小口切り):適量

- ① たまねぎは皮をむいて横半分に切り、外側3枚くらいを残して、残りをくり抜き、バラバラにならないように楊枝などで留めておく。同様にもう一個作る。
- ② ①でくり抜いたたまねぎはみじん切りにする。
- ③ ビニール袋に②のたまねぎとAを入れて、袋ごとこもみ、よく混ぜ合わせる。
- ④ ①のたまねぎに小麦粉をはたき、③の1/2量を穴にこんもりとなるくらい詰める。同様にもう一個作る。
- ⑤ 鍋にBを入れてひと煮たちさせ、④のたまねぎを入れ、蓋をして、たまねぎがやわらかくなるまで煮る。
- ⑥ ⑤のたまねぎがやわらかくなったら、煮汁を少し煮詰め、楊枝をはずして、器に盛り、煮汁をかけて、小ねぎをのせる。

\*お好みで卵黄(分量外)を添えたり、チーズ(分量外)を上のにのせたりしても美味しいですよ!

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/>でご覧いただけます。