

桜玉ねぎを
おいしく
食べよう！

桜たまねぎとアボカドの 簡単グラタン

● 材料 ● 2人分 ● 作り方 ●

桜たまねぎ 1 / 2 個

アボカド 1 個

天然エビ 6 ~ 8 尾

マッシュルーム (生) 3 個

塩・こしょう

マヨネーズ

オリーブオイル

①桜たまねぎを薄切りにする。
(※水にはさらさない。)

②マッシュルームも薄切りにする。

③エビは殻を剥いておく。

④②と③をオリーブオイルで軽く
炒め、塩・こしょうをする。

⑤耐熱皿にスライスした桜たまねぎ
を敷き、④と一口大に切ったアボ
カドを入れ、マヨネーズをかけて
200℃に設定したオーブンで10分
こんがりするまで焼く。

MEMO

マヨネーズの代わりに、残ったシチューをかけ、
とろけるチーズをのせてオーブンで焼いてもおいしい♪