

●玉ねぎごはん●



新玉ねぎをまるまる1つ
入れるだけ! ♪

材料	玉ねぎ	1玉(180g)	コーン缶	1/2缶(60g)
4~5人分	米	2合	コンソメ	大さじ1(8g)

- ①玉ねぎは皮をむいて根を取る。
- ②米は研いで炊飯器にうつす。
- ③②にコンソメ、①の玉ねぎ、コーンを入れて、炊飯器の線より1mmほど高めに水を合わせて炊く。
♥丸ごと炊くと、玉ねぎの食感が残りやすくなります。♥
♥普通炊きで十分柔らかく、甘くなります。♥
- ④炊きあがったら切るように混ぜる。



★お好みの野菜を入れてアレンジしてみてください♪
(その時には、水の量を加減してください)
★焼きおにぎりにしてもオススメ!