

春野菜のホイル焼きチーズ風味



材料

(4人分)

春キャベツ	4~5枚
新玉ねぎ	1個
ピザ用チーズ	60g
塩	少々
粗びきこしょう	適量

作り方

- 1 キャベツは2.5~3cm幅のざく切りにする。新玉ねぎは4つ割りにする。
- 2 アルミホイルを2枚用意し、キャベツと玉ねぎを1/2量ずつのせ、チーズも30gずつのせて口を閉じる。
- 3 (2)を両面焼きグリル(上火、下火・強)に入れて10分焼く。
- 4 アルミホイルを開いて塩、粗びきこしょうをふる。

甘さが一段と増した春野菜とチーズの塩気がほどよくマッチ。冷めないうちにいただきます。

ホイル焼き蒸し焼き。焦げめをほとんどつけずに、おいしさを引き出す調理法です。ホイルに引火しないよう、グリル内の上部から1.5cm以上あけて焼きましょう。

監修 武蔵裕子