

フランクフルトとキャベツのスープ煮



調理時間 30分
カロリー 193kcal

材料 (4人分)

| | |
|---------|------|
| キャベツ | 1/4個 |
| 玉ネギ | 1/4個 |
| フランクフルト | 4本 |
| ミニトマト | 8個 |
| ホールコーン | 60g |
| (A) | |
| コンソメの素 | 1個 |
| 水 | 2カップ |
| 塩、コショウ | 適宜 |

作り方

- 1 キャベツはくし形切りに、玉ネギは薄切りに、フランクフルトは切れ目を入れておく。
- 2 ココットダッチオープンに(1)とミニトマト、ホールコーンと(A)を入れ蓋をしてグリルに入れる。
- 3 「ココットダッチオープン」を選択し、タイマーを15分に設定して点火する。消火後、グリルの中で10分余熱する。