



奥河内 ごちそう レシピ

Gochisou Recipe

今日はこれで
決まり!

Vol.11

ひと手間かけてお店の味に!

オニオングラタンスープ

材料(2人分)

新玉ねぎ...2玉、バゲット...4枚(食パンでもOK)、オリーブオイル...15ml、バター...20g、塩・胡椒...適量、ニンニク...1片、固形コンソメ...5g、水...300ml、とろけるチーズ...30g ※彩りにイタリアンパセリなど

作り方



1 玉ねぎは繊維を断つように垂直に薄くスライス、バゲットは2cm厚に切る

2 フライパンにオリーブオイルを引き、玉ねぎを中火で一気に入る



3 茶色く色づいたらバターと塩を一つまみ入れ、弱火で飴色になるまで30分程炒める

4 コンソメ・水を入れ、強火にして沸騰したらアクを取り、塩胡椒で味を整える



5 バゲットにニンニクの切り口をこすりつけ、オリーブオイルを塗りオーブンで焼く

6 耐熱容器に④を注ぎ、⑤をのせチーズをかけてオーブンでこんがり焼く

ちょこっと 美味しい話

くろまるファーム 垣内さん

レストランで提供される玉ねぎの一部は奥河内くろまるの郷に隣接する「くろまるファーム」で収穫しています。地元農家を中心となって、家族連れや園児を対象に秋にはさつまいも、初夏には玉ねぎの収穫体験を実施しています。楽しそうに自然と触れ合う姿を見るとやりがいを感じます。草抜きや病気の対策などをして、大事に育てているのでぜひ参加してくださいね。農業の後継者が育ち、地元のおいしい野菜がこれからも楽しめるよう、少しでも興味関心を持ってくれたらうれしいです。

この時期だけの旬な味覚 新玉ねぎ

年中スーパーで見かける玉ねぎ。春の収穫後、保存性を高めるために乾燥させるのですが、新玉ねぎは乾燥させずに出荷されます。そのためあまり日持ちはしませんが、水分が多く甘みが強い特徴があります。炒め玉ねぎをたくさん作って冷凍しておけば、カレーやハンバーグを作るときのコクだしに重宝しますよ。

ビュッフェレストラン奥河内に3月からこのメニューが登場します
☎奥河内くろまるの郷(☎56-9606)
クックパッド河内長野市公式ページ▼

