

## スイートオニオンソース



### 材料 (3~4人分)

- ・スイートオニオン ½個
- ★ はちみつ 大匙 1
- ★ しょうゆ 大匙2/3
- ★ シソふりかけ 小匙1
- ★ 黒コショウ 適宜

### 作り方

- ① スイートオニオンを粗みじん切りにて、★（はちみつ、しょうゆ、シソふりかけ、黒コショウ）と混ぜるだけで完成

### ここがポイント👉

いろいろな料理に合わせやすい  
万能ソース

出典引用 : <https://shopping.geocities.jp/takamura/bn/recipe/bn-recipe-36.htm>

## 味噌オニオンドレッシング



### 材料 (4人分)

- ・出汁入り味噌 大匙2
- ・スイートオニオン 60g
- (無い場合は、味噌に顆粒
- ・オリーブオイル 60ml
- だしを小匙1/2程度加えて
- ・赤ワインビネガー 大匙2
- 作る)
- ・ブラックペッパー 小匙1/2

### 作り方

- ① スイートオニオンは、皮とへたを取り、フードプロセッサ-もしくはミキサーに入れやすい大きさに切っておく
- ② 全ての材料を、ボウルに全て入れ、ハンドブレンダーで滑らかになるまで1分程度混ぜる
- ③ すぐ食べるなら器に、保存するなら保存容器に入れる  
※ 保存は冷蔵庫で一週間程度が目安  
※ お好みでハーブやナッツを添えても

### ここがポイント👉

サラダにかけたり、ディップとして使用

出典引用 : <https://oceans-nadia.com/user/520780/recipe/430307>

## スイートオニオンと大根の酢の物



### 材料 (2人分)

- ・スイートオニオン 125g
- ・大根 100g
- ・グラニュー糖 小匙1
- ・米酢 大匙1
- ・塩 適宜
- ・サラダオイル 小匙1

### 作り方

- ① スイートオニオンと大根は薄切りして、グラニュー糖を振りかけて混ぜ、しばらく置いておく
- ② しばらく置いた後、米酢と塩を入れ、よく合えて完成

### ここがポイント👉

辛味が少ないので、サラダや酢の物にぴったり

出典引用 : <https://california-baasan.blog.jp/archives/52178953.html>

## オニオンリング



### 材料 (2人分)

- ・スイートオニオン 1個
- ・薄力粉 100g
- ・片栗粉 大匙2
- ・コンソメ 小匙1
- ・水 100cc
- ・マヨネーズ 大匙2
- ・サラダ油 適宜
- ・塩 適宜

### 作り方

- ① 玉ねぎは幅1cm程ほどの輪切りにして、バラバラにほぐす
- ② ポリ袋に薄力粉、片栗粉、コンソメを入れてふる
- ③ ②に①の玉ねぎを入れてふり、全体にまぶしてから取り出す
- ④ ボウルに水、マヨネーズ、②のポリ袋に残った粉を加え、よく混ぜる(衣)
- ④ 玉ねぎを④の衣にくぐらせる
- ⑤ 鍋に3cm程度のサラダ油を入れて170℃に熱し、③の玉ねぎを入れて、こんがりとした色がつくまで2~3分揚げ、お好みで塩をふる

### ここがポイント👉

卵の代わりにマヨネーズを使うと、カリッと揚がる

出典引用 : <https://delishkitchen.tv/recipes/137485961486402010>