



ホイル焼き



材料: 西京漬味付け肉	1p
(若鳥もも肉、若鳥胸肉)	
キャベツ	1/6玉
玉ねぎ	1個
人参	1本
しめじ	1株
バター	適量

- ① 玉ねぎ、人参はスライスに、キャベツはざく切りにし、しめじは手でさいておく。
- ② アルミホイルを敷き真ん中にバター5g位置き、玉ねぎ、キャベツ、味付け肉しめじ、人参、バター10g位の順にのせて包む。
- ③ オーブントースターで20分～30分焼いてお肉に火が通ったら出来上がり。

