

なつかしのおばあちゃん味の
絹かわなすの
しぎ焼き



調理時間

6分

材 料 2人前

- ・絹かわなす…… 1個
- ・ごま油…… 大さじ2
- ・サラダ油… 大さじ1
- ・にんにく……… 2片
- ・しょうゆ… 大さじ4
- ・みりん……… 大さじ4
- ・砂糖……… 小さじ1
- ・青ネギ……… 適宜
- ・かつおぶし…… 適宜
- ・ごま……… 適宜
- ・しそ……… 適宜

作り方



- ① ナスを縦1/4に切り、皮にかくし包丁を入れ、大きめの乱切りにする。
- ② すりおろしたにんにくとしょうゆ、みりん、砂糖を合わせる。
- ③ フライパンにごま油サラダ油を熱し、ナスを入れて焼く。
- ④ 焼けたら皿にのせ、小口切りにした青ねぎ、かつおぶし、ごま、千切りにしたしそをまぶし、②をかける。