

焼きナス

お揚げロール

・材料

赤ナス 一本 ・ お揚げ (出来ればお揚げの大き目の)

塩 少々 ・ ぽん酢 ・ 大葉 (干切りしたもの) ・ サラダ油 少々

作り方

- 一、赤ナスはピーナーで皮を全部むき、耐熱皿にのせ、ミニトマトを半分添える
- 二、フライパンに油をしいてナスを焼いて、焼き目がついたら三等分に切りわけておく。
- 三、お揚げに軽く塩をふり、フライパンで両面焼く。
- 四、焼いたお揚げにナスを端に置き、クルクルと巻いて斜め半分に切り、お皿に盛り、ぽん酢をかけ、干切りにした大葉をのせて出来あがり