

へ夕紫なすの生姜炒め（乾焼茄子）



【材 料：4人分】

- ・へ夕紫なす 4個
- ・枝 豆 1／2袋
- ・生姜うす切り 2～3枚
- ・油 適宜
- { 砂 糖 小さじ1
- 醬 油 大さじ2～3
- 酒 大さじ1
- 旨味調味料 少々

【作 り 方】

- ① なすは、へたを取り、縦6～8つ割りにする。
- ② 枝豆は、ゆでて豆を取り出す。
- ③ 生姜うす切りは、千切りにする。
- ④ 鍋に油を熱し、弱火で生姜を炒め、その後なすを入れ、切り口がうす茶色になるまで炒める。
- ⑤ 枝豆を加え、調味料を加えて煮詰める。