

メニュー名	寄居とろとろナスの浅漬け	No. 5
-------	--------------	-------

材 料 (1~2人分)

・ 寄居とろとろナス	1/4 本	・	
・ きゅうり	2 本	・	
・ みょうが	3 個	・	
・ 浅漬けの素	150~200ml	・	
・		・	

作 り 方



- ① ナスを準備する。

- ② ナスのへたを取り、1 cm程度にちよう切りにする。きゅうりは1 cm程度に斜め切り、みょうがは縦半分に切り、千切りにする。

- ③ ポリ袋に②で準備しておいた材料と浅漬けの素を入れ、手で軽くもむ。

- ④ 冷蔵庫で30分寝かせ、お皿に盛り付けたら完成。

--	--	--

普通のナスと一緒に浅漬けしても美味しいです。
唐辛子と一緒に漬けて、ピロ辛にしてもおすすめです。