メニュー名	寄居とろとろナスの油味噌炒め				<b>No</b> . 9	
材料 (2人分)						
・寄居とろとろ <sup>・</sup>	ナス	1本		・しょうゆ		小さじ1
・青じそ		適量		・みそ		大さじ 1.5
・酒		大さじ1		・ごま油		適量
・みりん		大さじ2		・水		100ml
・砂糖		大さじ1		•		

## 作 り 方



① ナスを準備する。



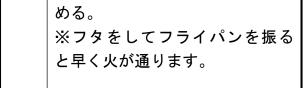
② ナスは、約7mmにいちょう切り、 青じそは千切りにする。



③ 酒、みりん、砂糖、しょうゆ、み そを混ぜ合わせる。







4

フライパンにごま油をひいて、ナ

スを入れ、全体に火が通るまで炒



⑤ 火が通ったら、③で作った調味料 と水を入れ、フタをして約2分蒸 し焼きにする。



⑥ フタを取り、青じそを入れて、水 分が少なくなるまで軽く混ぜる。 ※ナスが崩れないように注意



⑦ お皿に盛り付けたら、完成。

普通のナスやピーマンを入れても、美味しいです。