【作り置きレシピ】レンジで簡単♪なすの香味和え

【作り置きレシピ】レンジで簡単♫　なすの香味和え

こんにちわ〜(*^o^*)

今日は夏に美味しいナスを使った、レンジで簡単、火を使わない作り置きレシピです〜□□

材料(作りやすい分量)

・ナス（小）：５本（１袋）
・A　白ねぎ・・・1/2本（半量にして、ミョウガを１本加えても美味しいです。）
・A　生姜のすりおろし（チューブ可）・・・小さじ１と1/2
・A　醤油・・・大さじ３
・A　米酢、ごま油・・・各大さじ２（酸っぱいのが苦手な方は酢を減らしてね）
・大葉・・・２〜３枚

レンジで簡単♫　なすの香味和えの作り方

①ナスは、ヘタを切り落とし縦４つに切り、長さを半分に切る。
切ったものから水にはなして、アクを抜く。

②水を切ったなすを耐熱皿にのせてラップをしてレンジで600Wで８分ほど柔らかくなるまで加熱する。

③白ネギはみじん切りにしてボウルに入れ、残りのAを混ぜて香味ダレを作る。そこに２のナスを加え、ざっと混ぜて粗熱が取れたら冷蔵庫で冷たくなるまで冷やす。

④ナスが冷えたら器に盛り、お好みで刻んだ大葉を飾る。

ポイント

[illegible]

[illegible]3mm幅感覚で切れ目を入れると、あまり冷やさなくてもすぐに味が馴染みますよ♫

その他のBLOGはこちらから・・・

初心者向けの１対１の本気の料理教室：マンツーマン料理教室の情報はこちらから[illegible]

マンツーマン料理教室レミュー
超初心者でも楽しく学べる
マンツーマンで
スキルUP！