



didiで蒸し茄子が簡単にできます。
豆板醤の辛味が決め手。

しばらく置いて味を馴染ませるとより一層美味しくなります。
冷やしても美味しい一品です。



蒸し茄子の中華風味



～材料～

(★竹串を用意)

長茄子 2本

醤油 大さじ1 ごま油 小さじ2

酢 大さじ1/2 砂糖 小さじ1

酒 小さじ1 豆板醤 小さじ1/2

万能ねぎ 少々

A

作り方

1. 万能ねぎは小口切りにします。
2. 茄子は竹串で全体に穴をあけ、容器に入れて水を深さ1cm位迄注ぎます。
上蓋(穴1)をセットして500Wの電子レンジで3分30秒加熱し、そのまま粗熱を取ります。
3. 取り出して茄子のへたを切り落とし、
皮付きのまま竹串などで縦に幅1～2cmに裂きます。
4. 器に③を盛り、混ぜ合わせたAを適量かけ、①の万能ねぎをのせて出来上がり。