

焼きナス

グリルの得意ワザ!!

《材料》●ナス●生姜●鰹節●ポン酢

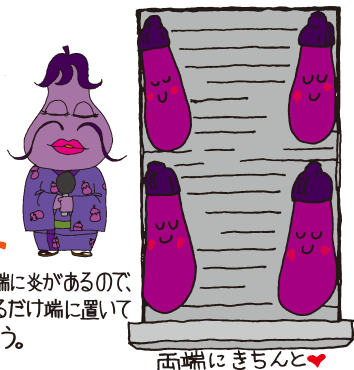
- 1.** ナスは水洗いし、へたの部分の
ヒラヒラしたところを
グッと包丁で切り取ります。
(へたは切り落とさない)



ポイント

奥の部分に幾分
包丁の切り目が入ると、
後で皮がむきやすいです。

- 2.** グリルの端にナスを入れ
上下強火で11~18分焼きます。



ポイント

グリルは両端に炎があるので、
ナスはできるだけ端に置いて
焼きましょう。

- 3.** 焼きあがったら、すぐに冷水にとり、
水から上げて皮をむきます。



ポイント

実をぬいしまわれないよう、
注意しながら大きくむきます。

- 4.** 器に盛った焼きナスに、鰹節を盛って、
すりおろした生姜を上につけて
ポン酢をかけていただきます。

