

# なすと豚しゃぶ酢醤油和え

## 材料 (1人分)

- なす 1本
- 豚バラ肉 50~70g(好きなだけ)
- 醤油大さじ1      ●酢大さじ1
- 砂糖大さじ1      ●みりん小さじ1
- おろし生姜(お好みで)少々
- ごま油適量
- 大葉(お好みで)1枚
- 炒りごま(お好みで)適量



## 作り方

- 1 まず、肉を茹でるための水を火にかける。
- 2 なすはしま模様になるように縦に皮をむき、1 cm幅の輪切りにする。  
豚肉は食べやすい長さに切る。
- 3 容器に●を混ぜ合わせてなすを入れ、ふわっとラップをして電子レンジ(500W)で2~3分加熱する。
- 4 お湯が沸いたら、豚肉を1枚ずつ入れて茹でる。色が変わったら取り出す。
- 5 茹でた豚肉を3に入れ、ごま油を加えて和える。
- 6



お好みで刻んだ大葉とゴマを散らす。