

なすと大葉のさっぱり和え

材料 (2人分)

なす 1本(100g) 大葉 5枚 炒りごま少々

■ 調味料

ポン酢しょうゆ大 1 **ごま油**大 1/2

鶏がらスープの素小 1/8 砂糖ひとつまみ



作り方

1



なすは洗ってヘタを切り落とし、3mmの厚さの**輪切り**にし、塩(小 1/4 位)を揉み込んで10分ほど置きます。

2



なすをサッと水洗いし、水気を絞ります。大葉は**千切り**にします。

3



ボウルに調味料を合わせ、なす、大葉を加えてよく**和え**、**炒りごま**を振ったら完成です！