

ひんやり、おいしい。夏にぴったり！

佐伯長ナスのナスソーメン



【材料】2人分

佐伯長ナス……………1本
片栗粉……………大さじ5～
めんつゆ……………適量
ミョウガ……………1個

★作り方★

- ①ナスは皮をむき、横半分の長さに切る。
千切りピーラーやスライサーなどで細切りにし、片栗粉をまぶす。
(片栗粉は全体にまぶし、足りなければ適宜足す。)



- ②沸騰させたお湯に①を入れ、ナスが鮮やかな緑色になったら氷水にとり、冷めたら器に盛り付ける。
③千切りにしたミョウガをのせ、めんつゆをかける。



★お好みで、ゆずこしょうやわさびなどの薬味をつけてもおいしいです。

★皮は、きんぴらやかき揚げにしてもGOOD！