

なすとモロッコいんげん煮

冷たくしていただくさっぱりおかず



材料(4人分)

なす	……	3本
モロッコいんげん	……	20本
だし汁	……	400ml
酒	……	大さじ2
みりん	……	大さじ3
しょうゆ	……	大さじ1
塩	……	小さじ1/3

作り方

- 1 モロッコいんげんは斜めに切る。
- 2 なすは縦半分に切り、表面に切り目を入れ、乱切りにする。
- 3 鍋にだし汁 2 のなす、酒、みりんを入れ、落としふたをして沸騰してから7-8分程度中火で煮る。
- 4 3 のなすが柔らかくなったら、しょうゆを入れ、最後にモロッコいんげんと塩を加え、いんげんに火が通るまで2-3分煮る。
・冷やしていただくと、なすに味が染みておいしいです