

茄子のチーズ焼き



【材料】(2人分)

○茄子…4本 ○ミンチ…100g ○ピザチーズ…40g ○パセリ…少々
○マヨネーズ…大さじ2 ○しょうゆ…小さじ1 ○塩胡椒…少々

【作り方】

- ① 灰汁抜きした茄子を縦半分幅1cmに切る。
- ② ピザチーズとマヨネーズを混ぜておく。
- ③ ミンチ・みじん切りのパセリ・しょうゆ・塩胡椒を混ぜ合わせる。
- ④ アルミホイルに茄子を入れ、③をのせる。更にその上に②をのせる。



- ⑤ 水を入れたフライパンに入れて15分蒸し焼きにする。
- ⑥ 茄子がトロトロになるので、魚焼きグリルでチーズに焼き色をつけて仕上げる。

