



## なすの和風 トマトチーズ焼き

とろっとやわらか～なすレシピ②

### なすの和風トマトチーズ焼き

#### 材 料 (2人分)

なす	中2個
トマト	1/2個
たまねぎ	1/4個
とろけるチーズ	適量
パセリ	適量
粉チーズ	適量
だしパック(中身)…ふたつまみ	
※本格・万能だしパック使用	
塩こしょう	適量
オリーブオイル	適量

- なすを縦半分に切り塩水に5分さらす。たまねぎはみじん切りにして水に5分さらす。
- ①のなすをキッチンペーパーで水気を拭く。
- フライパンにオリーブオイルを熱し、②のなすを両面を焼き色がつくように焼く。
- トマトを細かく刻み、①のたまねぎを水を切り混ぜ合わせ、トマトとたまねぎを電子レンジ600W20秒加熱する。粗熱を取り、だしパックの中身を混ぜ合わせる。
- 皮を下にした③のなすを耐熱容器に並べ、④をのせる。
- とろけるチーズ・粉チーズをかけて、トースターで8分ほど焼き、パセリをかけてできあがり♪

#### コツ・ポイント

- チーズが焦げないようにトースターで焼く時は様子を見てください。
- なすに焼き色がついたほうが香ばしくてよりおいしいです。
- 好みで塩こしょうなどして味を調整してください。
- なすに具材をのせづらい時はなすをくり抜いて、くり抜いたナスはみじん切りにしてのせる具材に混ぜてください。