

～残った<からしみそ>を使って～

なすのからしみそ炒め



材 料	2 人分
なす	200g
ごま油	小さじ1
からしみそ	大さじ1
みりん	大さじ1
こねぎ	適宜



① なすは乱切りにして水にさらし、水気をきる。

② フライパンにごま油を熱し、①を炒める。



③ からしみそをみりんでのばし、②に加え炒める。

④ 器に盛り、小口切りのこねぎを散らす。

※からしの風味がとんで、からしみそが苦手な方にも食べやすくなります。