

## ナスの煮浸し



簡単！  
ナスの煮浸し

### 材料 (2人分)



ナス	2本
めんつゆ (2倍濃縮)	50ml
水	50ml
すりおろしショウガ	10g
サラダ油	大さじ2

簡単！  
ナスの煮浸し

## 作り方



一口大に切って  
皮に切り込みを入れる

中火で熱したフライパンに  
サラダ油を入れて焼く

簡単！  
ナスの煮浸し

## 作り方



ナスに火が通ったら  
めんつゆ・水  
すりおろししょうがを加え  
加熱する

煮立ったら弱火にして  
5分間煮る