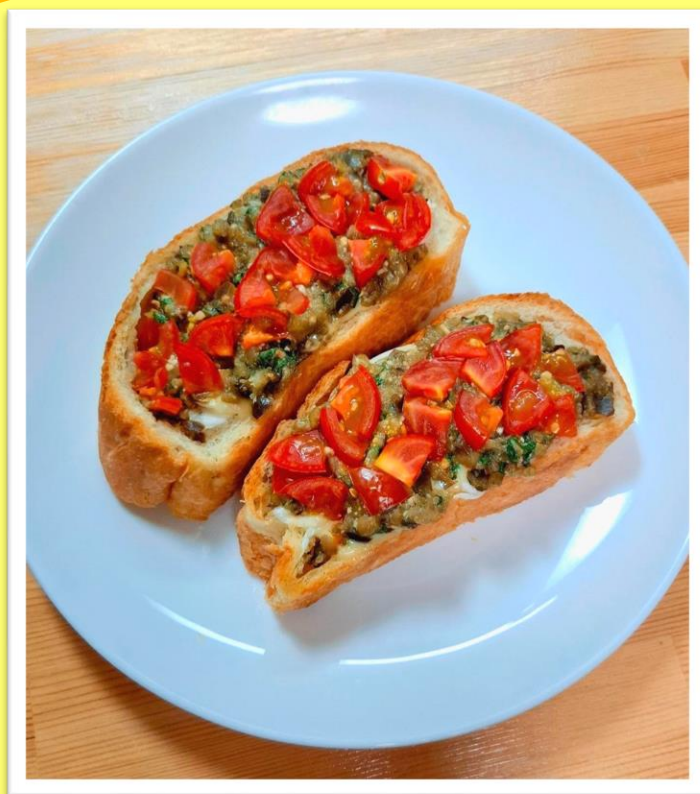


夏野菜のハーモニー ～ブルスケッタ風に～

館山
じのもん料理
コンテスト



アピール
ポイント

ブルスケッタという料理は、パンに何でも乗せて合うので、なめろうをイメージして、なすに変えてみました。

材 料

- ・ なす 2本
- ・ 長ネギ 1/3
- ・ トマト 1個
- ・ フランスパン又は食パン 2枚
- ・ スライスチーズ 2枚
- ・ 大葉 4枚
- ・ みそ 小さじ2



作 り 方

- ① なすを輪切りにして、沸騰した湯に入れる。
- ② トマトを1cm角になるように切る。
- ③ なすを水切りしてたたく。(形が残るくらいに)
- ④ たいた中に、大葉、みそを入れて、混ぜるようにたたく。
- ⑤ パンの上に、チーズ、長ネギ、なすなめろう、トマトの順で乗せる。
※食パンの場合4等分する。
- ⑥ トースターで、3～5分間焼く。