

ナスとひき肉のおろし煮



< 材料 >

◎大根おろし…200g
豚ひき肉…100g ナス…3本
酒…少々 砂糖…小さじ2
醤油…大さじ2 酢…大さじ2 水…50ml

< 作り方 >

- 1.ナスは一口大に切り、ひき肉には酒少々をふる。
- 2.フライパンに油をひき、ひき肉の色が変わるまで炒めて取り出す。
- 3.油を足し、ナスを焼き色がつくまで焼く。
- 4.3に2と大根おろし・砂糖・酢・醤油・水を加え、フタをして2～3分、フタを取って2～3分煮る。
- 5.器に盛り付けて完成。



Eastern Foods

イースタンフーズ株式会社