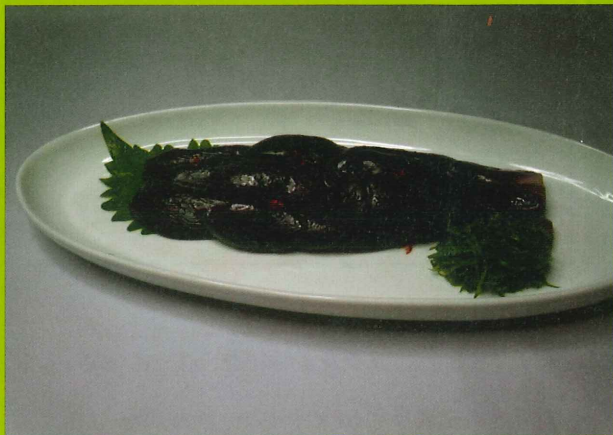


## なすの中華風サラダ



材料(4人分)		分量
なす		3個(300g)
調味料		
醤油	大2	
食酢	大1	
ごま油	小1	
砂糖	小1	
にんにく(みじん切り)		少々
赤唐辛子(種を取り輪切り)		少々

なすは、熱い内に調味液に浸けると味が良くしみ込み、色もきれいに仕上がります。レンジでできるお手軽な一品です。

### 作り方

1. なすはヘタを切り落とし縦半分になり、さらに2等分し水にさらしアク抜きをする。
2. 調味液を合わせておく。
3. ラップに包み、電子レンジで柔らかくなるまで加熱する。(600W 5分程度)
4. 柔らかくなったなすを熱い内にタレに浸け込み冷やす。

