

「ナスとピーマンの味噌チーズ炒め」



【材料(4人分)】

- ・ ナス 4本 ・ ピーマン 4個
- ・ ピザ用チーズ 大さじ4
- ・ サラダ油 大さじ2
- ・ 白ごま 適量

A(赤みそ 大さじ3、砂糖 大さじ2、みりん 大さじ1、水 100cc)

【作り方】

1. ナスは乱切り、ピーマンは縦半分に切って、乱切りにする。
 2. フライパンにサラダ油を熱し、ナスを強火で炒め、ピーマンも加えさらに炒める。
 3. Aを入れて強火でさらに炒め、最後にゴマとチーズをふる。
- ※チーズはお好みで多めでもでもよいです。