

料理名 なすまきまき

アピールポイント：ミンチをなすでまいています。



【材料】

- ・ なす ・ 合挽ミンチ ・ キャベツ
- ・ しょうゆ ・ 薄力粉 ・ ごま油

【作り方】

- ①キャベツをみじん切りにし、なすを縦にうす切りにして、塩をふって5分ほど置く。
- ②ボウルにみじん切りにしたキャベツと、しょうゆを混ぜ入れよくこねる。
- ③なすの水気をふきとり、薄力粉をかけ、②をのせてまく。
- ④フライパンにごま油をひき、焼き色がつくまで熱する。
- ⑤中まで火が通ったら完成。