

# 「ごちそう」ナスの揚げびたし

ナスのレンビ



加熱料理でもおいしい「ごちそう」  
皮がやわらかくてとろけるような食感

## 材料 (2人分)

「ごちそう」ナス…………… 2本  
シントウ…………… 2本  
揚げ油…………… 適量  
めんつゆ (ストレートタイプ) …… 適量  
大根おろし、おろしショウガ…… 各適量

## 作り方

- ① 「ごちそう」は茶せんに切り込みを入れます。
- ② 180度の油で「ごちそう」をゆっくり揚げます。シントウも素揚げにします。
- ③ 油を切った「ごちそう」とシントウをひたひたのめんつゆに漬けます (30分～1時間)。
- ④ お好みで大根おろし、おろしショウガを添えます。

## ワンポイント

「ごちそう」は水分が多いので、切り目を入れてから揚げたほうが、とろりと仕上がります。