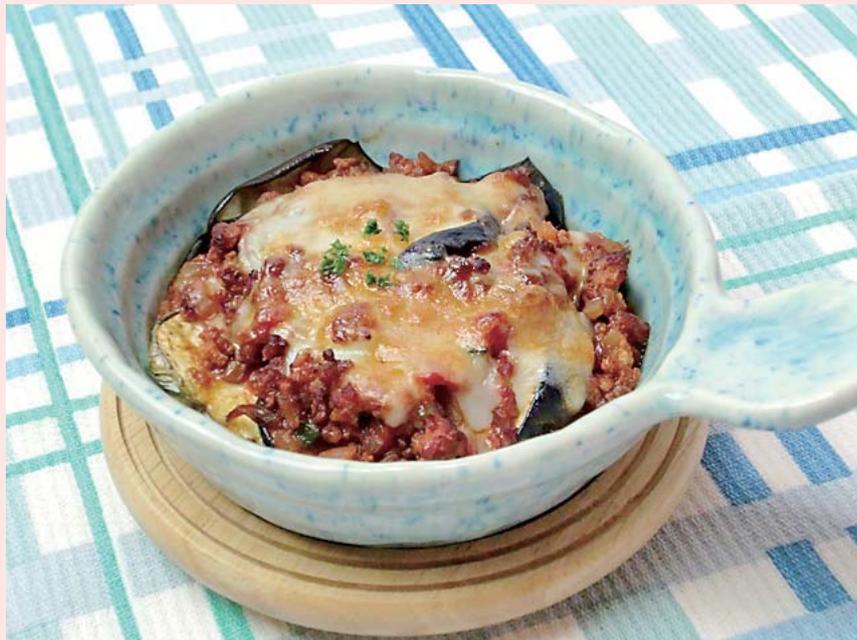


なすのミートソースグラタン



材 料 2人分

なす 中2本
塩・こしょう 少々
オリーブ油 適量

とろけるチーズ（お好みで） 適量
刻みパセリ 少々

〈ミートソース〉

豚ひき肉 150g
玉ねぎ（みじん切り） 中1玉
トマト水煮缶（カット） 1/2缶
コンソメスープ 100cc
オリーブ油 小さじ1
塩・こしょう 適量
オレガノ（ハーブ） 少々

作り方

- ① なすは、へたを取って1cm幅の斜め切りにする。
- ② 熱したフライパンにオリーブ油をひき、①のなすを焼き色がつくまで両面を焼く。
- ③ 別のフライパンにオリーブ油をひいて、ひき肉を先に炒め、続いて玉ねぎを加えてしんなりするまで炒め、トマト水煮缶、コンソメスープ、オレガノを入れて煮詰める。塩、こしょうで味を調える。
- ④ グラタン皿に②のなすを並べ、③のミートソースをかけ、チーズをのせてオーブンで焼き目がつくまで焼く。刻みパセリを添える。