

トマトとナスのさっぱり香味和え



材料

トマト (80g) 2個
 ナス 2本
 ミョウガ 1本
 大葉 5枚

調味料

すりおろし生姜 小さじ1
 ポン酢 大さじ3
 ごま油 大さじ2

作り方

1. ナスはヘタを切り、食べやすい大きさに切ったら、耐熱ボウルに入れ、600Wのレンジで3分加熱する。
2. トマトはヘタを取って食べやすい大きさに切る。
3. ミョウガと大葉はみじん切りにする。
4. 1と2と3を調味料で和えたら完成。

旬の野菜を知ろう！！

