

とれたて できたて あさくらの特産品料理コンテスト

料理名	博多なすとまとパイ
朝倉地域産の テーマ食材	博多なす

〔材料表〕 ※4人分。保存食は1回に作る量。

材料名	分量	材料名	分量
博多なす	2本	赤唐辛子	1本
合びき肉	100g	トマトの水煮	1缶
玉ねぎ	1/2個	スライスチーズ	4枚
れんこん	80g	ぎょうざのかわ	16枚
にんにく	1かけ	オリーブオイル	大さじ1杯
コンソメの素	1個	塩・こしょう・ナツメグ	少々

〔作り方〕

- ①博多なすとれんこんはさいの目切り、玉ねぎとにんにくはみじん切りにし、博多なすと合びき肉は別々に塩を振っておく。
- ②玉ねぎをオリーブオイルで色がつくまで炒める。
- ③②に色がついたらにんにく、赤唐辛子を入れ炒める。
- ④③に博多なすとれんこんをいれて、博多なすがしんなりするまで炒める。
- ⑤④に合びき肉を入れ色が変わったらトマトの水煮とコンソメの素、塩、こしょう、ナツメグを入れて炒める。
- ⑥水気がなくなるまで炒めたら、ぎょうざのかわに具をのせ、その上にスライスチーズ1/2枚をのせ、また、具をのせて、ぎょうざのかわをかぶせ、まわりをぜんぶぎょうざをつつむようにしてとじ、オーブンで焼く。

〔コメント〕

(出品者から寄せられたこの料理に関する思い出や思い入れ、どんな時に食べるかなど)

まわりの友達にはなすが苦手な人が多いので、誰でもおいしく食べれる料理を考えました。具に博多なすを使うことでジューシーになりました。また、れんこんの食感もポイントです。形もかわいく仕上がりました。

出品者の
お名前

朝倉光陽高校 柴田さくら