

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	博多なすの甘酢煮チーズ焼き
朝倉地域産の テーマ食材	博多なす

〔材料表〕 1回に作る量。

材料名	分量	材料名	分量
博多なす	3本	チーズ	適宜
酢	大さじ1杯	パン粉	適宜
砂糖	大さじ3杯	パプリカ	適宜
しょうゆ	大さじ3杯		

〔作り方〕

博多なすは少し皮がよれつくぐらい、2～3日放置しておく。

を3～4cmくらいに切り、たっぷりの湯で3～4分ゆでる。

酢、砂糖、しょうゆで を煮る。夏は冷たくひやして食べる。

にチーズ、パン粉、パプリカをチラシてオーブンで焼いても美味しい。

〔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）

暑い夏の時は、冷たくひやして食べるのがとても美味しい。

素材をそのまま生かして食べる。子ども向けにチーズをふって焼いて食べる事も可能です。

出品者の お名前	佐々木裕見子
-------------	--------