

# 水なすの肉みそ麺



## 材料(4人分)

• 水なす	2個
• ピーマン	2個
• 土生姜	15g
• 豚バラ薄切り	200g
• 赤だしみそ	80g
A • 酒	大2杯
• 砂糖	大2杯
• みりん	大2杯
• 麺	4玉
B • 水	4カップ
• みりん	大3杯
• 醤油	大3杯
• 花かつお	10g
• 青ねぎ小口切り	大1杯
• 白すりごま	大2杯
• 油	適量

## 作り方

みその風味は食欲そります

- ① 水なす・ピーマンを乱切りにする。
- ② 土生姜はみじん切り、豚バラ肉は3cm幅に切る。
- ③ フライパンに油を熱し②①の順に炒める。Aを加え、煮立てば、さらに3~4分煮る。(その後冷ましておく)
- ④ Bを鍋に入れ、ひと煮立ちすれば布巾でこしきけだしを作り冷ましておく。
- ⑤ 麺は湯通しした後、冷水で冷やす。
- ⑥ 器に麺を盛り③をのせ、青ねぎ・白すりごまをかける。食べる直前に④をかける。

### ポイント

- 温かい麺に、温かいままかけだしをかけても美味しいです。
- 麺・ソーメン・中華麺でも。