

～Paprikaの洋風焼きナス～



-材料 (3～4人分) -

パプリカ (赤・黄)		各1/2個	
なす		2～3本	
パセリ		適量	
A	{	オリーブオイル	大さじ1
		レモン汁	小さじ2
		塩	適量

-作り方-

- 1) パプリカは種とわたを取ってからみじん切りにする。
- 2) なすはグリルで焼いてから皮をむき食べやすい長さに切ってからお皿に並べ冷やしておく。
- 3) 1とAをよく混ぜ合わせ、2にかけ、パセリのみじん切りを散らす。

POINT!

- ※ 茄子に味をつけないので、塩味は少しキツめにしても大丈夫です。
- ※ オイルはお好みのものを使ってもOKです。

～Swan dream group～

株式会社 スワンドリーム

株式会社 I LOVE ファーム登米

リッチフィールド栗原 株式会社



TEL 0228-59-2280