

米ナスを下処理（基礎）からの・・・

【ガーリックナスの簡単炒め（応用展開）】

材料

下処理した米ナス・・・2本

生にんにくソース・・・お好み適量（生にんにくソースレシピの1回分）

作り方

- 1 下処理ナスを中火のフライパンで2～3分ずつ両面焼きする。
※コゲには注意しながら！
- 2 お皿にナスを上げて、生にんにくソースをかける。ナスを層にして染み込ませる。