

冷凍揚げなすのレシピ by フィールド



●揚げなすの煮びたし



材料

冷凍揚げなす（乱切り）	500g
うどんつゆの素	1袋
お湯	200
青ネギ	適量

- ① 冷凍揚げなすはお湯をかけて軽く油を落とします。
- ② 油切りしたなすを耐熱皿に入れてラップをかけて電子レンジで加熱します。
- ③ うどんつゆの素はお湯に溶かしておきます。
- ④ 加熱したなすにうどんつゆをかけます。
- ⑤ お皿に盛り付け青ネギを散らします。

とってもカンタンなので、
ぜひ試してみてくださいね♪



中国の大地が育てたニンニク・生鮮野菜・冷凍野菜・農産物加工品

株式会社 フィールド

TEL:03-5609-7680 FAX:03-5609-7689