

茄子

マヨネーズ焼

四人前

茄子 四本

海老 八本

塩、胡椒 少々

マヨネーズ 適量

茄子チーズ焼

茄子 四本

豚バラ肉 二六〇g

塩、胡椒 少々

とろけるチーズ

四枚

（作り方）

一、茄子の皮を虎に剥き、縦に四つに切り
ます。

一、海老は、串を打ち、酒、塩、少々入れ
茹で、冷水にて冷し皮を剥き、開き
ます

一、海老を茄子に挟み焼き、火が通ったら
半分に切り、マヨネーズをのせ、
オーブンで焼目を付けます。

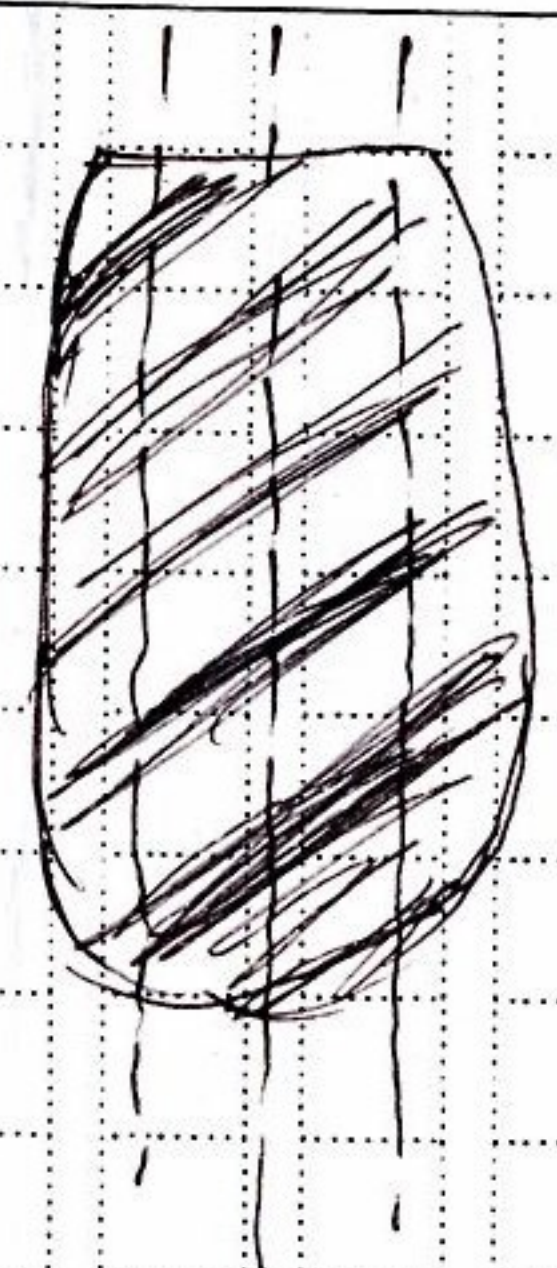
一、茄子は右に同じ

一、バラ肉は茄子と同じ長さに切り、
塩、胡椒をします

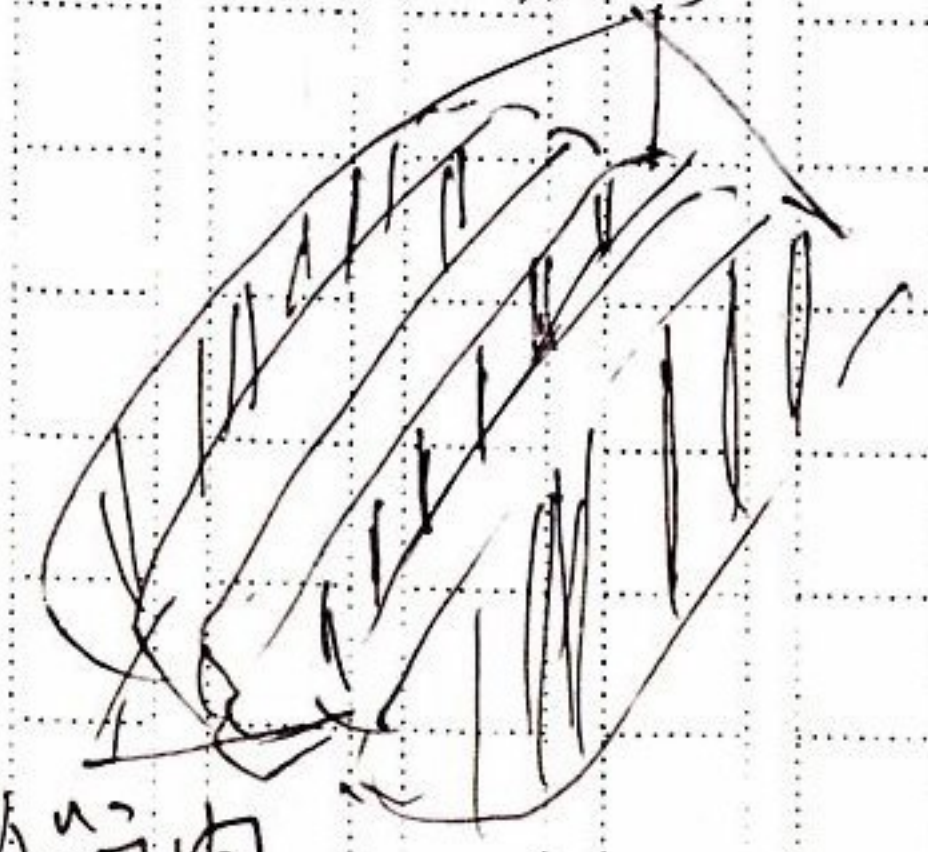
一、バラ肉を茄子に挟み、フライパンに、
蓋をし蒸し焼にし、火を通します

一、半分に切り、チーズをのせ、焼目を
付けます

一、以上を皿に盛り付けます



茄子



豚バラ肉

冷し茄子含め煮

茄子四本

柚子少々

カシオ出し汁

600cc

醤油 100cc

味淋 100cc

唐辛子少々

米茄子山海煮

米茄子 2個

シーフード

ミックス1パック

しめじ 0.5パック

ブロシコリー

0.5個

黄パプリカ 0.5個

合せ出し汁

カシオ出し汁

600cc

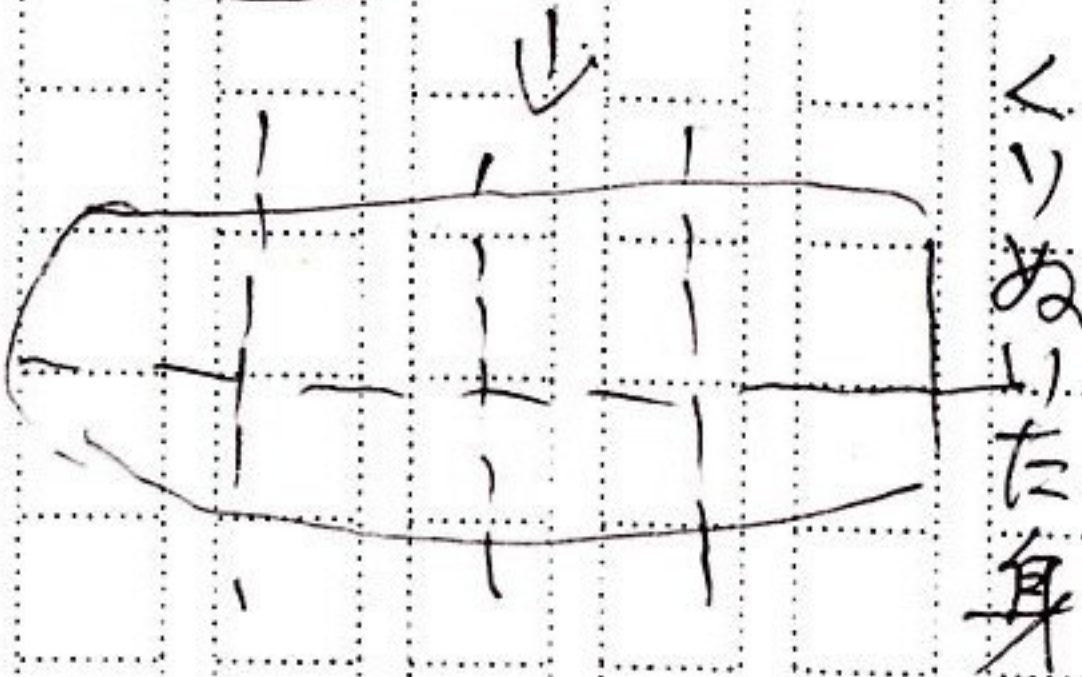
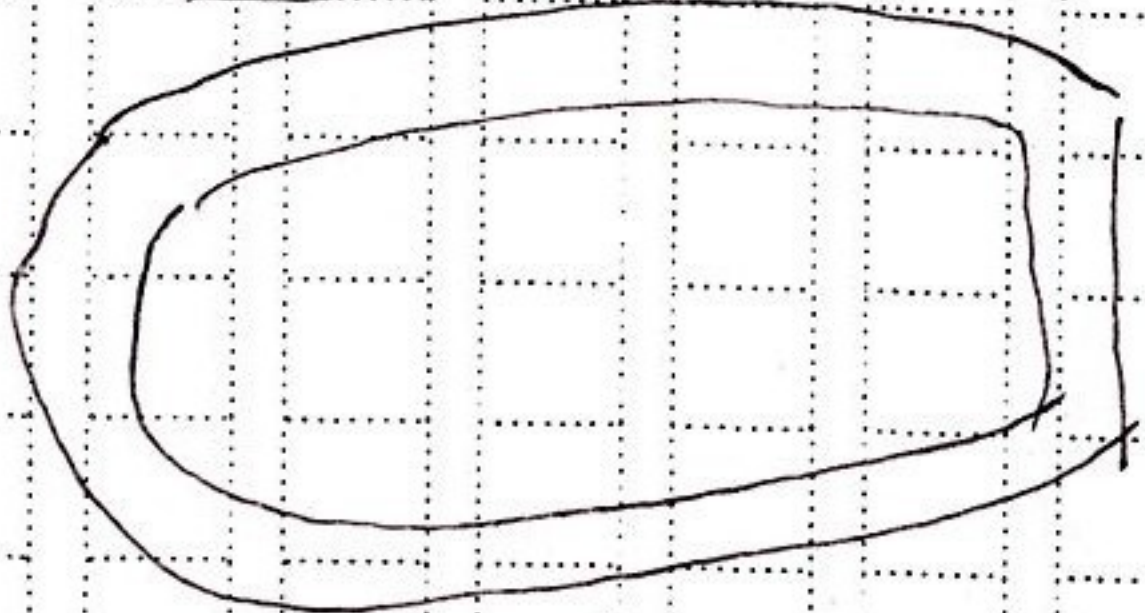
うす口醤油

100cc

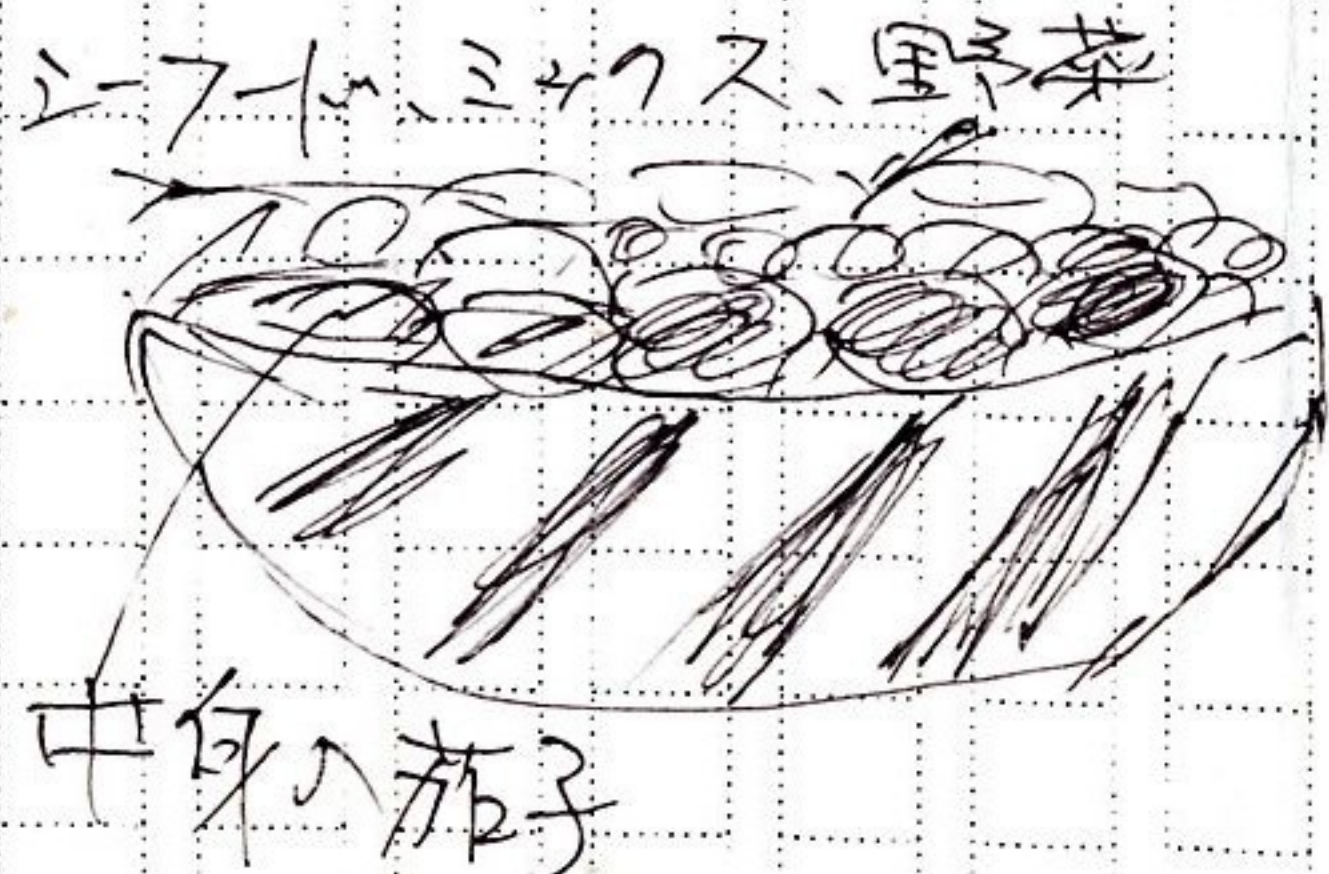
味淋 100cc

うま味調味料少々

(釜にする)



くりぬいた身



一、茄子は皮を虎に剥き、四等分に切り、
一、60度の油で色良く揚げます。
一、熱湯を用意しておき、揚げた茄子に、
湯を掛け、油ぬきをし、漬汁に入れ、
冷めます。

一、30分位漬け味を含めます

一、漬汁は、ひと立ちさせ、氷水にて
冷して置きます。



一、茄子は皮を剥き縦に包丁します

中をくりぬき舟形にし釜にし、油で揚げ

お湯で油ぬきし含め煮とします

一、くりぬいた、身は片栗粉をまぶし、

油で揚げ、油ぬきをして含め煮とします。

一、野菜は一口大に切って、茹でます。

一、シーフード、ミックスは冷凍のまま

水、酒、塩、生姜一切れの熱湯で、

霜振りをしザルに上げ冷します。

一、野菜、シーフードは、出し汁にて、

含め、片栗粉にてとろみを付けます

一、茄子を湯め、釜に全部盛り付けます。