

# 金龍しょう油のたれ 「厚揚げとナスのチーズ焼き」レシピ



材 料		分量 ( 2 人前)
金龍		40.00 g
豚ミンチ		50.00 g
厚揚げ		150.00 g
アスパラ		1.00 g
ナス		0.50 本
チーズ		25.00 g

## 手 順



写真の食材は約2人前です。



② 熱したフライパンに油を入れ、ミンチを軽く炒めます。



③ 次にナス、アスパラ、厚揚げを、入れて炒めます。



④ 具材に火が通ったら、たれを入れてからめします。



⑤ 耐熱皿に移しましたら、チーズをかけて、オーブンで約5分加熱して下さい。



⑥ 完成です。

