

なすポテトのみそマヨ焼き



なすはスティック状になっていて、ポテトと一緒にパクパク食べられそうですね。



安土幼稚園 4歳児
青山 冠季 さん

●材料（4人分）

なす	小1本	} A
じゃがいも	小1個	
みそ	大さじ1/2	
さとう	大さじ1/2	
マヨネーズ	大さじ1/2	
みりん	小さじ1	
パン粉	適量	
パセリまたは青のり	好みで	

★工夫したところ・おすすめポイント★

- ・なすが苦手な我が子に食べてほしくて、いろいろ試してできたレシピです。
- ・輪切りにすると、なすを強調して見ただけで嫌がるので、細く切り、ポテトといっしょに食べてくれるよう工夫しました。
- ・パン粉をかけることで、食感を少しでも変えられるかな、と思い工夫しました。

●作り方

- ①なすとじゃがいもは、5cm長さの細切りにする。水分は、キッチンペーパーでふきとる。
- ②Aの調味料を混ぜ合わせる。
- ③①にAをからめて、天板に並べて、パン粉を全体的にふる。
- ④180℃のオーブンで20分焼く。（オーブントースターでもできます。）
- ⑤好みにパセリか青のりをかける。