

よろず

簡単

レシピ

# なすのゴールドンブルー



きめが細かく、皮も柔らかい、しっとりとした美味しい「イタリア丸なす」(PROSPEROSA)を見つけました。灰汁抜きいらず、味付けいらず、素材の味を生かした簡単料理。前菜としてワインと一緒に、またビールのおつまみにもどうぞ。

## ◆材料(4人分)

イタリア丸なす	.....	1個
ハム(8cm x 8cm位)	.....	6~7枚
スライスチーズ(8cm x 8cm位)	.....	6~7枚 (Emmentalなど)
小麦粉	.....	適宜
卵	.....	1個
パン粉	.....	適宜
揚げ油	.....	適宜



## ◇作り方

1. なすのへたを切り落とし、約1cmの輪切りにし(6~7等分)、切込みを入れ、水気を拭き取る。
2. ハムとチーズはなすにはさめる大きさにし枚数をそろえる
3. 切り込みの内側に小麦粉をふり、ハムとチーズをはさむ。
4. 3に小麦粉をまぶし、溶き卵(水大さじ1杯を加えてもよい)にくぐらせ、パン粉をつける。
5. 揚げ油を160~170度に熱して4を色よく揚げる。
6. 5をいちょう切りにし、皿に盛りつける。お好みでレモンスライス、からしを添える。

