

米ナスグラタン



HELLO!!

材料 (1人分)

米茄子 1/2個
玉ねぎ 1/4個
豚ひき肉 50g
塩・こしょう 少々
マヨネーズ 大さじ2
とろけるチーズ お好み

作り方

- ① 米茄子の中身をくり抜き、くり抜いたものは1cm角位にしておく。
- ② 器になる中身をくり抜いた米茄子をフライパンで蒸し焼きにする。
- ③ フライパンでみじん切りした玉ねぎ、挽肉、くり抜いた茄子の中身を塩こしょう、マヨネーズで味付けする。
- ④ 茄子の器に具を詰めたら上にチーズをトッピングしてトースターで焼き色がつくまで焼く!!