

水なすのみずみずしさと甘い玉ねぎのソースがマッチ!

水なすのカルパッチョ風 玉ねぎソースかけ



- 生で
- 難易度 ☆☆☆
- 調理時間 10分

材料 (4人分)

・ 水なす(中)	1個
・ 塩	小さじ1

<甘いたまねぎソース>

・ たまねぎ	1/2個
・ 薄口醤油	大さじ1
・ 酢	大さじ1
・ はちみつ	大さじ2

作り方

- ①. 水なすは洗い、ピーラーで、おしりの方からヘタに向かって皮をしましまにむき、2mm くらいの薄さに輪切りにする
- ②. 玉ねぎはみじん切りにして、水にさらして辛みを少しとる。または、ラップをして冷凍したものを使っても辛み成分がとれる。
- ③. タッパーに切った水なすを並べ、ひたひたに水をはり、塩を入れてしばらく塩水にひたす(変色を防ぐため)。
- ④. ボウルに<甘いたまねぎソース>の材料を入れてよく混ぜてはちみつを溶かす。冷蔵庫に入れてしばらく寝かす(10分〜一晩)。
- ⑤. ②の水なすの水気をよくとり、お皿に並べ、食卓で<甘いたまねぎソース>をかけながら召し上がれ!

ひとこと

水なすのみずみずしさと、しっかりとした味の甘いたまねぎソースのコンビネーションが絶妙な一品です!

この甘いたまねぎソースは、他にも応用のきく万能ソースなので、どうぞいろいろと活用してください♪

ワンポイント

たまねぎは、水にさらしてもいいですが、もし時間があったら、一度みじん切りをラップして冷凍し、それをそのままソースに使ってみてください! ソースがすぐにひんやりとして、仕上がりが早いですし、辛みもほんのり残っていてとても使いやすいです。また、甘いたまねぎソースは食べる直前にかけてください。時間がたつと水っぽくなってしまいます。



<http://www.kitanofarm.com>
<http://www.flourbee.com>