

越の丸なす：直径10センチ以上の球形で肉質が締まっているため、加熱しても煮崩れせず、柔らかく甘みが強い



やわらかく揚げたなすにダシをきかせたあんをかけました 越の丸なすのかき玉あんかけ

材料(4人分)

越の丸なす…………… 2個
細ネギ …………… 少々
卵 …………… 1個
揚げ油 …………… 適量
(A) だし汁 …………… 300cc
塩…………… 小さじ1
みりん …………… 大さじ2
カタクリ粉 …………… 小さじ2

作り方

- ①ナスはガクを切り落として皮むき器でところどころ皮をむく。縦半分に切って実の方に包丁で格子状に切り込みを入れる。
- ②中温に熱した油に①を入れ、4～5分揚げる。油を切って器に入れる。
- ③鍋に(A)の材料を入れて火にかけ、沸騰したら火を弱め、溶きほぐした卵を少しずつ流し入れる。はしで数回大きく混ぜ、水溶きカタクリ粉を加える。
- ④③にとろみがついたら火からおろし、②にかけて薄く切った細ネギを添える。

収穫時期

1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----