

茄子のタブナード

march's march



■材料■ (4人分)

・茄子	2本
・ズッキーニ	1本
・マッシュルーム	1パック
・にんにく	1片
・黒オリーブ	100g
・オリーブオイル	大匙1
・ワインビネガー	大匙1
・塩	少々
・ピンクペッパー	適量

■作り方■

- 野菜類とオリーブはみじん切りにする。
- フライパンにオリーブオイルとにんにくを加えて熱し、香りを出す。
- 黒オリーブと野菜類を加えて炒め、蓋をして20分ぐらい蒸し焼きにする。蓋をあけてワインビネガーを加える。
- 汁気がなくなったら火を止めてフードプロセッサーで形が少し残るぐらいかける。塩を加えて混ぜ味を調える。