

仙北丸なす なすのオムレツ



- 【材料（4人分）】
- ・仙北丸なす 1個
 - ・卵 2個
 - ・ベーコン 1枚
 - ・にんにく 小1/2
 - ・ミニトマト 2個
 - ・パセリ 少々
 - ・オリーブ油 小4
 - ・バター 小2
 - ・塩 小3/4
 - ・粗びき黒こしょう 少々
 - ・チキンスープ 大1

【作り方】

- ①仙北丸なすは、皮を縦縞にむいて横2センチの輪切りにする。切り口にナイフを入れて、皮から1cm内側の果肉をくりぬき、水に5分ほど浸してざるに揚げ、よく水気を切る。
- ②くりぬいた果肉は細かく刻み、フライパンに熱したオリーブ油小2でじっくりと炒める。途中、にんにくのみじん切りとベーコンの細切り、塩小1/4、黒こしょうを加えて、ねっとりとするまで10分ほど炒めて取り出す。
- ③別のフライパンにオリーブ油小2を熱して輪に切ったなすを入れる。焼き色がついたら裏返し、塩小1/4を振り蓋をして蒸し焼きにする。
- ④ボウルに卵をとき、チキンスープと水大1、塩小1/4、黒こしょうを加えて合わせる。②のフライパンにバターを熱して卵液を流し、柔らかく焼いて取り出す。
- ⑤お皿に③を載せ、中央に④のオムレツを敷く。②のナスをこんもりと盛って、刻んだトマトとパセリを載せる。

輪切りにした仙北丸なすを、ウキワに見立てたオムレツです。紺色が鮮やかで皮も実もしっかりしている仙北丸なす。その愛らしい形とうま味ならではのお料理は、作っても食べても嬉しいものですね。炒め時間による触感の違いも興味深いのです。