

# ナスとひき肉の赤みそ煮込み



## 《材料》

ひき肉 20g  
ナス 1/2本  
大根 1/3本  
みりん・砂糖 各大さじ4  
赤味噌 大さじ4

## 《下準備》

① ナスと大根は一口サイズに切っておく。

## 《作り方》

1. フライパンに水を適量入れて、①を中火で煮る。
2. 水がなくなってきたら、油をひいて、1にひき肉を加えてよく炒める。
3. その間に、赤味噌をボールに入れて、砂糖とみりんを入れる。
4. 3を良く混ぜ合わせてその中に、2を入れて混ぜ合わせ、とろみがついてきたら出来上がり。

## オススメポイント

大根・茄子と相性抜群の甘味噌が、名古屋人好みの一品です。しっかり味のついた肉がアクセントになっています。

味噌で煮るだけの簡単調理。  
時間があれば、ダシで煮るとさらにおいしい。

七味をかけると大人の味に。酒の肴やお弁当のおかずにもどうぞ。