

人・自然・歴史・文化輝く ふれあいと創造のまち 河内長野

広報かわちなかの

6

June 2018
No.1136



point

オーブンがなければ
フライパンで蒸し焼きでも OK !

奥河内ごちそうレシピ
～今日はこれできまり！～

ナスとトマトのオーブン焼き

季節を感じられる、おすすめレシピを奥河内くろまろの郷からご紹介します。6月は夏野菜の代表格ナスと、オリーブオイルと相性抜群のトマト。オーブンで焼くことで野菜のうまみが引き立ちます。

クックパッド 河内長野市の公式ページ▶
奥河内くろまろの郷 (☎ 56-9606)



ビュッフェレストラン
奥河内
OKUKAWACHI

ビュッフェレストラン奥河内に 6月1日からこのメニューが登場します。



よしどめ
吉留シェフ

材料 (2人分).....

ナス…90g、トマト…1 個、オリーブオイル…
小さじ 2、塩・コショウ…少々、ケチャップ…
小さじ 2、粉チーズ…大さじ 1
彩りにイタリアンパセリなど

作り方

- 1 ナスとトマトを 5mm 程度の薄切りにする。
- 2 耐熱皿にナス、トマトと交互に重ねる。
- 3 オリーブオイルをかけ、塩・コショウをする。
- 4 ケチャップを格子状にかけ、粉チーズをかける。
- 5 180 度のオーブンで 10 分間焼けばできあがり。