

主食

## 玄米ごはんのなす味噌丼



### 材料 [2人分]

- なす：2本
- ごま油：大さじ2

#### 【A】

- 味噌：大さじ2
- みりん：大さじ1
- はちみつ：小さじ1
- 醤油：小さじ1

- 大葉：3枚
- 白ごま：適量
- 玄米ごはん：適量

### 作り方

1

なすはみじん切り、大葉は千切りにしておきます。

2

鍋にごま油を熱し、なすを炒めます。

3

【A】の調味料をすべて加えてからめます。

4

大葉を和え、器に盛った玄米ごはんののせて白ごまをふります。