

利久胡麻をもっと 楽しむレシピ

焼きなすと白味噌の万能ソース

使用した商品



練りごま
GABA 2倍
を使ったレシピ



材料 4人分



なす	2本
にんにく	1/2片

■【A】の材料

利久胡麻 ギャバ(GABA) 練りごま白	大さじ1
白味噌	大さじ1
レモン果汁	大さじ1
塩	小さじ1/2
菜種油	大さじ1

パプリカパウダー	適宜
フランスパン	適量
ブラックオリーブ	適宜



作り方

- 1 なすを直火で焼く。皮が真っ黒になってシワシワになり、全体が柔らかくなったら熱いうちに皮を剥く。(※この時、水にさらさないこと)
- 2 にんにくをすりおろす。
- 3 ①のなす・②のにんにく・【A】の材料全てをフードプロセッサーに入れて攪拌する。
- 4 ③を器に入れ、上からパプリカパウダーをかける。フランスパンとブラックオリーブを添える。