

# なすのグラタン

## 材料（ 1人分）

丸ナス 1/2 個(100g)  
玉ネギ(小) 1/2 個(25g)  
スライスベーコン 1/2 枚  
ホワイトソース (市販)  
適量

## ★付け合せ

トマト(小) 1/2 個(30g)  
オクラ 1本  
粉末パセリ 少々

オリーブオイル 少々  
塩・コショウ 少々



## 作り方（調理時間 25 分）

1. 丸ナスは縦2つに切り、中身をくり抜く。
2. くり抜いたナスの中身は小さめのさいの目切り、玉ネギとベーコンも同じ大きさに切る。  
くり抜いた後のナスは器として使う
3. さいの目にした丸ナス、玉ネギ、ベーコンをオリーブオイルで炒め、塩・コショウで味を整え、ホワイトソースであえる
4. ナスの器に③を入れ、オーブンできれいな焼き色が付くまで焼く

## お料理 PR、工夫した点

- ・ナスを器にした。

## 食べてもらった家族、友だちの感想

「うまい」「見た目も good !!」