

9月旬のおすすめレシピ

茄子と厚揚げの甘辛味噌炒め

瑞々しい旬の茄子を使った夏レシピ。

●材料

厚揚げ	1	枚
合いびき肉	100	g
茄子	2	本
ししとう	10	個
☆醤油、みりん、酒	大さじ	1
☆イツツの田舎みそ	大さじ	1



●作り方

厚揚げを一口サイズに切り片栗粉をまぶす。
茄子は一口サイズの乱切りにし、ししとうはヘタ処理をする。
フライパンで挽肉を炒め、その他の材料も炒める。
☆の調味料を合わせておく。
食材に火が通れば☆を絡めるように炒めて完成。

創業1931年



株式会社イツツみそ

〒769-1603 香川県観音寺市豊浜町和田甲229

TEL 0875-52-3030 / FAX 0875-52-6230