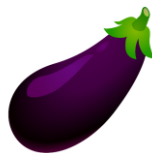
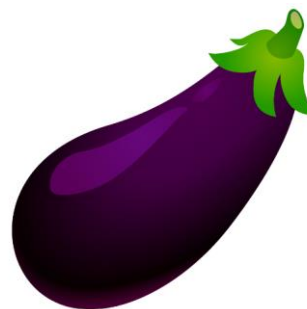


優秀作品 加納利子さん考案



ナスの皮のピンチョス

捨てる部分のナスの皮を使用しました。

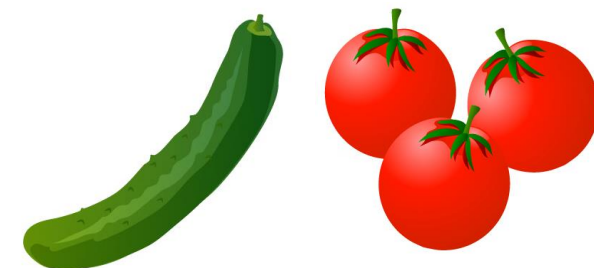


●材料(2人分)

プチトマト	4コ
キュウリ	1/6本
プロセスチーズ	30g
ナスの皮	適量
揚げ油	適量

■作り方

1. ナスの皮を180℃で揚げる。
2. キュウリ、プロセスチーズを一口大に切る。
3. ナスの皮を揚げた①で②をそれぞれ重ね、くるりと巻いてピックで刺す。



《審査員評》

「これは何かな」というアイデアの斬新さやナスの皮を上手く使っているところが良かったです。

"捨てない"工夫が活かされています。

入賞レシピ!

