

ズッキーニの 照り焼き



ズッキーニを甘辛く味付けした、ご飯が進む一品です。
ズッキーニは生でも美味しくいただけるので、
ぜひ全工程で味見をして、食感の変化を楽しんでほしいです。

材料 (作りやすい量 概ね二人前)

- | | | |
|---|-------|------|
| • | ズッキーニ | 中一個 |
| • | 砂糖 | 小さじ2 |
| • | みりん | 小さじ2 |
| • | 醤油 | 小さじ2 |
| • | 酒 | 小さじ2 |
| • | サラダ油 | 適量 |

01

ズッキーニは5mm厚の輪切りにする。
調味料は合わせておく。

02

フライパンに油を熱し、中火でズッキーニを焼く。

03

軽く焼き目がついたら、合わせておいた調味料を回し入れて絡める。

04

煮詰まったら完成！
ご飯にのせ、卵黄をのせて崩しながら食べるのもおすすめ。

* かなり甘めの味付けなので、お好みで砂糖の量を調整してください。