

## ◎ 茄子と桃のサラダ ◎

レシピ提供：シトロン ヨーコ先生



## ■材 料（2人分）

茄子	1本
桃	1/2個
カッテージチーズ	大さじ2
レモン汁	小さじ1/2
塩・黒コショウ	適量
バルサミコ酢	大さじ1
砂糖	小さじ1/2
オリーブオイル	小さじ1
ミントの葉	適量

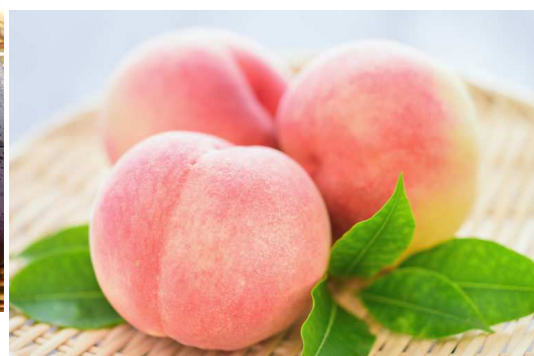
## ■ポイント■

## ◎茄子の色を鮮やかに仕上げる

茄子は皮をのぞいて内面を先に焼くと色が茶色くなってしまいます。一番初めに茄子の皮に油が付くようにしてフライパンに入れ、カーブに合わせて全部の皮がしっかり焼けてから向きをかえるとよい。また、冷ますとき、一気に冷ますことでより美しい茄子紺に仕上げることができる。

## ◎桃の皮をきれいにむく

桃を丸ごと7～8秒熱湯に通してから冷水にとると皮がつるんときれいにむくことができます。トマトの湯むきと同じ方法です。



- 1 茄子は縦8等分の串切りにし、長さを半分にする。フライパンにオリーブオイルを熱し中火で温める。茄子の皮を下にして入れ、色が鮮やかになったら他の面も焼く。バットに取り出し、そのまま食べて美味しいくらいの塩をふる。うちわなどであおいで急冷する。
- 2 茄子を取り出した後のフライパンにバルサミコ酢・砂糖を入れとろみがつくまで弱火で煮詰める。
- 3 桃は皮をむき、茄子と同じ位のサイズに切る。レモン汁を絡める。
- 4 皿に茄子・桃を盛り付け、②のバルサミコ酢をかける。カッテージチーズをちらしコショウをふりミントを添える。