

トマトのチーズグラタン



材料 (2人分)

トマト	2個
なす	50g
ひき肉	50g

調味料

とろけるチーズ	適量
乾燥・みじん切り バジル	適量
塩・こしょう	少々

ナイフとフォークで切って食べる。
ハンバーグの種を作って詰めて焼いても
美味しい。



作り方

1. トマトのヘタより少し下を切り、中身をくり抜いてトマトの器をつくる。トマトの器に塩を振る。
2. なすを1cm角のサイコロ状に切って、水に漬けておく。
3. フライパンでひき肉を炒め、肉がそぼろ状になったら、なすとトマトのくり抜いた中身を一緒に炒め、塩・こしょうで味を調える。なすに火が通るまで炒めたら、火を止め荒熱を取る。
4. トマトの器に冷ました3. を詰め、チーズを好みの分量乗せ、トースターやオーブンでチーズが溶けて焦げ目がつくまで焼く。
5. 焼けたトマトの上にバジルを軽く振って出来上がり。