

ナスとトマトのパルミジャーナ

合計加熱調理時間 約 25分

[1人分：206kcal/ 食塩相当量：0.8g]

香ばしくて、旨み深い。

ナスにトマト、チーズを合わせたイタリア家庭料理。



材料（10人分）

ナス（縦1cm幅に切る）	15本
オリーブオイル	大さじ3
<材料a>	
トマト：水煮	400g
ニンニク（みじん切り）	1片
塩	小さじ1
モッツアレラチーズ：塊（1cm角に切る）	300g
パルメザンチーズ：粉	100g
バジルA（茎を取り除く）	30g
バジルB	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

分量

10人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	40%	10分	220℃	—
2	コンビ	100%	15分	220℃	—

作り方

- 20mmのテフロン加工ホテルパン3枚にナスをのせ、オリーブオイルをハケで塗り、65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
- 別の65mmのホテルパン1枚に、1の1/3量のトマトソースを敷き、1の1/3量のナスを敷き詰め、1/3量のモッツアレラチーズをのせ、パルメザンチーズを振りかけてバジルAをのせる。これを計3回おこなう。
- 2を【設定2】で予熱後、加熱する。
- 3を切り分けて器に盛り、バジルBをのせる。

調理ポイント ◆モッツアレラチーズの塊が手に入らない場合は、ピザ用チーズで代用してもよい。