

1人前：約384kcal

## なすミートトースト

[材料(2人分)]

なす.....1/2本

合挽き肉.....100g

玉ねぎ.....1/3個

塩胡椒.....適量

トマトペースト.....大3

トマトケチャップ.....大1

ピザ用チーズ.....お好みで

食パン(5枚切り).....2枚

[作り方]

- ①なすは5mm幅の輪切りにします。
- ②フライパンで合挽き肉を炒め、玉ねぎのみじん切りを加えて塩胡椒、トマトペースト、トマトケチャップで調味して、もったりするまで煮詰めます。
- ③食パンの上にチーズ→②→①→チーズの順に重ねて、オーブントースターでチーズに焼き色がつくまで10分程度焼きます。半分に切って皿に盛り付けてできあがり。

