

パトルジャン サラタス

■材料 (3~4人分)

- 焼きなす……5個
- レモン……小さじ2
- オリーブオイル……大さじ2~3
- 塩……小さじ1/4程度
- おろしにんにく……1/2~1片分

*ヨーグルト大さじ2程度を入れるとぐっとコクが出る。私に初めてこの料理を教えてくれたトルコ人の実家では、ヨーグルトを入れるときはにんにくを入れないという。



■作り方



1. 焼きなすを作り、手で細かく裂き、器に入れてフォークの背でペースト状になるまで潰す。



2. 残りの材料を加えてよく混ぜて完成。

さんまと焼きなすのマリネ

■材料 (3~4人分)

焼きなす……2個

さんま(刺身用)……2尾

《さんまマリネ用調味料》

- オリーブオイル……大さじ2
- 塩……小さじ1/8
- レモン汁……大さじ1

《焼きなす用調味料》

- おろししょうが……少々
- オリーブオイル……大さじ1
- 塩……小さじ1/8
- レモン汁……大さじ1



■作り方



1. さんまは三枚におろし、腹骨をすきとり、小骨を取る。



2. バットに並べて、マリネ用の、塩小さじ1/8程度を裏表にふり、さらにレモン汁、オリーブオイルをかけて、冷蔵庫に入れておく。



3. 焼きなすを作り、さいの目に切ってボールなどに入れ、塩とレモン、オリーブオイル、しょうがを加えて混ぜる。粗熱が取れたら冷蔵庫に入れる。

4. 2のさんまの皮をむき、なすと同じぐらいの大きさに切り冷蔵庫に入れておく。



5. 3のなすが完全に冷めたら、さんまと焼きなすを混ぜ合わせて完成。

焼きなすのみそ汁

■材料 (2人分)

- 焼きなす……2個
- にぼし……1～2尾
- みそ……適宜
- 水……1カップ程度
- みょうが……適宜
- しょうが……適宜



■作り方

1. 焼きなすを作り、食べやすい大きさに切っておわんの中に盛り、うえに千切りにしたしょうがとみょうがをのせる。
2. 鍋ににぼしと水を入れて火にかけ、沸騰したら火を止め、みそを溶く。
3. 1のおわんに、2のみそ汁を注ぎ入れて完成。冷やしても美味。