

『ズッキーニとミニトマトのマリネ』

材料(4人分)

ズッキーニ	2本(200g)
にんにく	1/2かけ
ミニトマト	100g
【A】	
酢	大さじ2
砂糖	大さじ1/2
塩	少々
粒マスタード	小さじ1
サラダ油	塩



作り方

- ① ズッキーニは7~8mm幅の半月切りにする。【A】は混ぜ合わせておく。
- ② フライパンにサラダ油大さじ3、ニンニク(切らずに)、ズッキーニに入れて中火で炒め、塩少々をふり、蓋をして弱火で4~5分蒸し焼きにする。
- ③ ズッキーニに火が通ったら【A】を加えて混ぜ、ボウルに移して冷ます。
- ④ ミニトマトは、ヘタを取って半分に切り、③に入れて混ぜ、塩少々で味を整える。