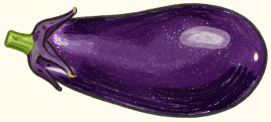
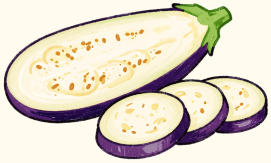
なすの下ごしらえ



1 へたを落とす

ガクの根元に包丁を入れて切ります



2 水にさらす

切り口が茶色くなるのを防ぎます



3 皮に切り込み

煮物では味がしみやすくなります

切ったらすぐ調理が向いています