

caishu11 / July 11, 2012 11:06AM

[夏季菜譜 蒜烤茄子](#)

材料：茄子、大蒜、

[\[url=http://blog.zige.jp/mayjiowe11/kiji/439994.html\]](http://blog.zige.jp/mayjiowe11/kiji/439994.html)[オフイ](#)[\[/size\]\[color=white\]\[url\]](#)姜、紅辣椒、香菜。

做法：1、大蒜切碎搗成蒜泥，姜切碎成姜蓉，紅辣椒切成碎丁，香菜洗淨切碎。

2、茄子洗幹淨，用刀豎著在中間劃一刀，[\[url=http://plaza.rakuten.co.jp/mayjooss/diary/201207100000/\]](http://plaza.rakuten.co.jp/mayjooss/diary/201207100000/)[干鍋](#)[\[/size\]\[color=white\]\[url\]](#)注意不要劃穿，然後放進微波爐裏用高火加熱2分鐘。

3、用蒜泥、姜蓉、紅辣椒丁、鹽[\[url=http://blog.qlep.com/blog.php/201350/607922?categ=1&year=2012&month=7\]](http://blog.qlep.com/blog.php/201350/607922?categ=1&year=2012&month=7)[できる](#)[\[/size\]\[color=white\]\[url\]](#)、白砂糖、油、雞精，再加入半湯匙清水調成蒜汁待用。

4、烤箱以200°C預熱後，將加熱後變軟的茄子擺放在烤盤中，[\[url=http://mayredyy.blog.so-net.ne.jp/2012-07-10\]](http://mayredyy.blog.so-net.ne.jp/2012-07-10)[家具](#)[\[/size\]\[color=white\]\[url\]](#)放入烤箱，上下火烤10分鐘左右。

5、取出烤盤，將茄子扒開，把調好的蒜汁均勻地抹在茄瓢上，[\[url=http://accc2.diblogotus.com/office-furniture-of-choose-and-buy-billet-261534.html\]](http://accc2.diblogotus.com/office-furniture-of-choose-and-buy-billet-261534.html)[Office](#)[\[/size\]\[color=white\]\[url\]](#)再放進烤箱烤10-15分鐘。

6、在烤好的茄子上撒上香菜碎即可。
