

## 材料

(2人分)

水ナス…2個  
 岩塩…小さじ1  
 オリーブ油（エキストラバージン）…大さじ1  
 レモン汁…大さじ1  
 すりおろしニンニク…1片分  
 海ぶどう…適宜



## 作り方

- (1) 水ナスは上下を切り落とし皮をむき、縦に4等分する。
- (2) ボウルに（1）の水ナス、岩塩、レモン汁、ニンニク、オリーブ油を入れ、手でよくもみ、なじませる。
- (3) （2）を器に盛り付け、海ぶどうをのせ出来上がり。