

# Жареные баклажаны с мисо и мёдом

Общее время **40 мин**   **40 мин** Время подготовки

Пищевая ценность (на порцию):

**624 кДж / 149 ккал**

## ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

<b>2</b>	баклажана среднего размера
<b>4 ч. л.</b>	белой мисо-пасты
<b>2 ч. л.</b>	жидкого мёда
<b>1 ст. л.</b>	<u>соевого соуса</u> <u>натурального брожения</u> <u>Kikkoman</u>
<b>1 ч. л.</b>	<u>масла Kikkoman из поджаренного кунжута</u>
<b>1 кусочек / шт.</b>	корня имбиря размером с большой палец, очищенный и натёртый
<b>1</b>	зубчик чеснока, очищенный и раздавленный
<b>4</b>	зелёных лука, измельченных
<b>2 ч. л.</b>	семян кунжута

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

### Шаг 1

Разогрейте духовку до 180°С. Разрежьте баклажаны вдоль пополам и надрежьте мякоть ромбами, стараясь не прорезать кожуру. Застелите противень жиронепроницаемой бумагой и выложите баклажаны срезанными сторонами вверх.

### Шаг 2

Смешайте мисо, мёд, соевый соус, кунжутное масло, имбирь и чеснок с 2–3 ст. л. воды, чтобы получилась гладкая паста. Кисточкой нанесите ее на мякоть баклажанов и запекайте 35–45 минут до золотистого цвета и мягкости. Посыпьте зелёным луком и семенами кунжута и подавайте.