



まいたけとにんじんの きんぴら

風味豊かな～まいたけレシピ②

まいたけとにんじんのきんぴら



材 料 (2人分)

- まいたけ 1パック
 - にんじん 1本
 - ごま油 大さじ1
 - 白ごま お好みで
 - ★砂糖・酒 各小さじ1
 - ★しょうゆ 大さじ1
 - ★七味唐辛子 お好みで
 - ★だしパック(中身) 小さじ1/4
- ※まるものだしパック使用

- ① まいたけは細かくほぐし、にんじんは千切りにする。
- ② フライパンにごま油を熱し、まいたけとにんじんを炒める。
- ③ 少ししんなりしたら★を入れて炒める。
- ④ 火を止めて、器に盛りつけて白ごまをかけてできあがり♪

コツ・ポイント

- ★をいれたら焦げないように手早く炒めてください。
- しいたけやしめじを加えてもおいしいです
- 味つけはお好みで調整してください。