



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。