

れんこんときのこの青のいきんぴら



材料 2人分

れんこん	100g	A	しょうゆ	大さじ 1/2
エリンギ	1/2 パック		酒	大さじ 1/2
えのき	1/2 袋		砂糖	大さじ 1/2
いんごま	大さじ 1/2			
青のり	大さじ 1/2			
ごま油	適量			
酢	適量			

作り方

- ① れんこんは皮をむいて、半分に切り、薄切りにし、お酢を入れた水にさらす。ザルにあげて水気をしつかり切っておく。
- ② エリンギは3等分に切って、皿に縦半分に切り、2mm幅くらいに切る。えのきは根元を切り落とし半分に切る。
- ③ フライパンにごま油をひき、中火で①と②を炒める。全体に油がまわったらAを加えて水分がなくなるまで炒める。
- ④ 仕上げに青のりといんごまを加えて全体にからむように混ぜる。

※きのこはお好みの種類のもので作ってみてください♪