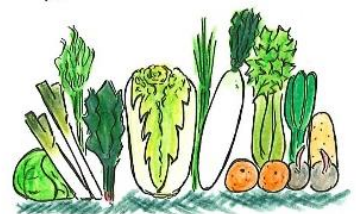


長ねぎときのこのソテー



材料 2 人分

長ねぎ	1本	☆	みりん	小さじ1
お好みのきのこ	150g		しょうゆ	大さじ1
ごま油	大さじ1		七味唐辛子	お好みで

作り方

- ① 長ねぎは斜め切りにする、お好みのきのこは食べやすい大きさに切る(ほぐす)。※今回はしいたけとエリンギを使いました。
- ② フライパンに長ねぎ、きのこを入れ、しんなりするまで炒める。
- ③ ②に☆を入れ味がなじむよう炒める。
- ④ ③を器に盛り、お好みで七味唐辛子をかける。