

～ ぶんだんきのこの秋サラダ ～

【調理時間】 30分

【材 料】(2人分)

- ・ しいたけ 70g 約2個
- ・ ぶなしめじ 70g 約半株
- ・ まいたけ 70g 約半株
- ・ エリンギ 70g 約1本
- ・ れんこん 70g 約中5cm
- ・ 水菜 40g 約小1束

- A 桜エビ 大さじ2
すりゴマ 大さじ2
マヨネーズ 大さじ3
塩、こしょう 適量



【作り方】

- ① しいたけ、エリンギは5ミリ幅に切る。ぶなしめじ、まいたけは、食べやすい大きさにほぐす。
レンコンはいちょう切り。
- ② 水菜は3センチ幅に切る。水分をよく切っておく。
- ③ ①をトースターや魚焼きグリル、油をひかないフライパンで焼く。
- ④ ②③Aを混ぜ合わせる。

【考案者のコメント】

きのこの香ばしさとおいしさを凝縮させたくてグリルで調理してみました。
旬のれんこんと合わせ、桜エビとすりゴマで風味をプラスしました。
いろいろな食感をお楽しみください。