

H24冬 魚沼きのこレシピコンテスト 最優秀作品!

～ きのこのかんずり和え ～

【材料・分量（4人分）】

- ・エノキタケ 100g
- ・ブナシメジ 1株
- ・ネギ 1本
- ・かんずり 大さじ4
- ・鰹節 適量

【作り方】

- ①鰹節で出汁をとる。
- ②エノキタケ、ブナシメジは石突きをとり、4cm程度の長さに切り、茎をほぐす
- ③②を①のだし汁で5分程度茹で、水をよくきっておく
- ④ネギをみじん切りにする
- ⑤③、④とかんずりをよく混ぜて完成

【料理時間】 10分

【考案者】 “アッコ”さん（新潟県長岡市）

【考案者さんのコメント】

シャキシャキとしたきのこの食感と、かんずりの辛さと酸味、ネギの風味でご飯が進みます！体も温まり、寒い冬にぴったりです！

