

## 魚沼きのこレシピコンテスト H23・冬 優秀作品！

### ～ たっぷりキノコの和風タジン ～

#### 【 材料・分量（1人分） 】

- ・ぶなしめじ、えのきたけ、エリンギ、まいたけ：各 50 g
  - ・豚バラ肉：50 g
  - ・もやし：50 g
  - ・長ネギ：25 g
  - ・ポン酢、あらびき黒胡椒：各適宜
- A [ 昆布茶：小さじ 1/2 水：50 ml(cc) ]

#### 【 作り方 】

長ネギは斜め薄切り、豚肉は食べ易い大きさに切る

ぶなしめじ、えのきたけは根元を切り細かくほぐす

まいたけは細かくほぐし、エリンギは短冊に切る

一人用の土鍋にもやしを入れ、キノコを綺麗に並べ入れたら豚肉と長ネギをのせ、あらびき黒胡椒を振る

Aを注ぎ入れたらフタをして火にかけ、ゆっくり蒸し煮する

キノコがしんなり柔らかくなったら土鍋ごと食卓に置き、ポン酢を添える

#### 【 料理時間 】 約 15 分

#### 【 考案者 】 「かつら小桃」さん（広島市西区）

#### 【 考案者さんのコメント 】

いろいろな酒類のキノコをたっぷり使い蒸し煮することで、キノコの旨味がたっぷり味わえます！とても簡単に作れて、とても美味しいあったか和風タジン（＝蒸し鍋）です！！

