

ご飯のお供に！
きのこ味噌



※写真はイメージです。

ココが
POINT!



マミーマート神明店ヘルシーコンシェルジュ
管理栄養士考案!

お好みのきのこを組み合わせるとアレンジが広がります。

材料(2人分)

しいたけ	150g	A	味噌	大さじ2
ぶなしめじ	150g		砂糖	大さじ1
ごま油	大さじ1/2		みりん	大さじ1/2
いりごま(白)	少々		酒	大さじ1/2
小ねぎ(小口切り)	適量		醤油	小さじ1

- しいたけとぶなしめじは軸や石づきを切り落として粗みじん切りにする。
- ボウルにAを入れて混ぜ合わせる。
- フライパンにごま油を入れて中火で熱し、1を入れてしんなりするまで炒める。
- 2を加えて炒め合わせ、全体に味がなじんだら器に盛り付け、いりごまと小ねぎを散らす。