

10月のレシピ

きのこの当座煮

一宮町食生活改善会

〈材料〉	〈4人分〉
しめじ	100g
えのき	100g
舞茸	100g
赤唐辛子	1本
生姜	1かけ
みりん	大さじ2
酒	大さじ2
醤油	大さじ1

〈作り方〉

- ① きのこ類は石突を取り、さっと洗ってほぐす。
- ② 赤唐辛子は水に浸して、柔らかくなったら種を抜き、細かい輪切りにする。生姜はせん切り。
- ③ 鍋にみりん、酒、醤油、赤唐辛子、生姜を入れて煮立たせる。
- ④ きのこ類を入れ、再び煮立ってきたら、上下を返すように時々混ぜ、吹きこぼれないように4～5分煮て、火を止めそのままおく。

※しいたけ、エリンギ等、他のきのこ類でも同様に作れます。
すりごまをかけても美味しいです。



当座煮とは？

佃煮ほど保存は出来ないけど、さしあたって（当座）の保存がきく煮物のことです。