



野木町地産地消メニュー



⑦9 しいたけのマリネ



調理時間 15～20分

お酒のおつまみにもなりますし、たくさん作っておくとパスタに混ぜたり、冷奴にかけたり、いろいろ合わせやすいです。

食材の旬

しいたけ 9月～11月

しめじ 9月～11月

【材料】

しいたけ	4枚
しめじ	50g
にんにく	1かけ
赤唐辛子	1/2本
オリーブ油	大さじ1弱

(A)

酢	大さじ1強
しょうゆ／水	各大さじ1/2強
砂糖／みりん	各小さじ1弱
こしょう	少々

【作り方】

- ① しいたけは石づきを取って5～6mm幅に切り、しめじは小房に分ける。にんにくは薄切り、赤唐辛子は小口切りにする。
- ② Aを混ぜ合わせる。
- ③フライパンにオリーブ油を熱し、にんにくと赤唐辛子を炒める。香りが立ったら、①のきのこを加えて炒める。
- ④全体に油が回ったら、②を加えて火を止め、混ぜ合わせる。粗熱がとれたら器に盛る。

～ひとくちメモ～ きのこはお好きなものをお好きなだけ入れてください。ニンニク等はお好みで加減してください。