

しいたけレシピ

椎茸の温サラダ

材
料
—
2
・
3
人
前
—

- 椎茸 3個
- エリンギ 1個
- ベーコン 1枚
- 塩胡椒 少々
- オリーブ油 大さじ1
- コンソメ 小さじ1
- お好みの野菜
- レモンスライス 1～2枚



作
り
方

- ①スライスした椎茸とエリンギ、ベーコンをオリーブ油で炒める。
- ②塩胡椒、コンソメで味付けし、お皿の上にお好みのサラダ野菜とレモンと一緒に盛り付けたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸とベーコンの ペペロンチーノ

材
料
—
2
人
前
—

- スパゲッティ 200g
- 椎茸 4個
- ベーコン 2枚
- 塩胡椒 少々
- コンソメ 小さじ1
- パセリ 少々
- オリーブオイル 大2
- ニンニク 1片
- 鷹の爪 少々



作
り
方

- ①椎茸、ベーコンは食べやすい大きさに切る。ニンニクは芽を取り、みじん切りにしておく。
- ②フライパンに冷たいオリーブオイル、ニンニク、鷹の爪を入れ火を付ける。
- ③ニンニクから香りが立ち、色付き始めたら椎茸、ベーコンを加えて炒める。
- ④塩胡椒、コンソメで味付けする。
- ⑤茹で上げたパスタを加え、具材とさっと合わせたら、皿に盛り付け、パセリを振ったら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸と海老の アヒージョ

材
料
—
2
人
前
—

- 大ぶりの椎茸 2個
- 大ぶりの海老 12尾
- オリーブオイル 50cc
- ニンニク 2片
- 塩胡椒 少々
- コンソメ 小さじ1



作
り
方

- ①温めたオリーブオイルにニンニク、スライスした椎茸、殻と背腸をとった海老を入れ、弱火～中火で熱する。
- ②塩胡椒とコンソメで味付けし、椎茸と海老に火が通ったら出来上がり。

しいたけレシピ

炊飯器で簡単調理！ 椎茸と里芋のうま煮

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 3個
- 里芋 4個
- にんじん 1/2本
- 大根 1/4本
- 鳥もも肉 160g
- 白菜 1/8個
- 調味料—
- だし汁 300ml
- みりん 大さじ1
- 砂糖 大さじ1
- 酒 大さじ1
- 醤油 大さじ2



作
り
方

- ①全ての具材を食べやすい大きさに切り、炊飯器に入れる。
- ②調味料を全て入れ、炊飯器のスイッチを入れる。
- ③具材が炊き上がったら出来上がり！

しいたけレシピ

椎茸の スペイン風オムレット

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- じゃがいも小 1個
- 玉ねぎ 1/4個
- 卵 3個
- 塩胡椒
- 油 大さじ2
- ケチャップ
- パセリ



作
り
方

- ①椎茸、じゃがいも、玉ねぎを薄切りにする。耐熱容器に入れ、500w の電子レンジで数分加熱し、柔らかくする。レンジから出したら少しさまして粗熱を取る。
- ②卵をとき、塩胡椒と具材を入れ、よくまぜる。
- ③小型のフライパンかスキレットを熱し、卵液を入れる。弱火で時々かき混ぜながら、じっくりと両面に火を通し、オムレットを作る。
- ④お皿に盛り付け、お好みにケチャップ・パセリをで添えたら出来上がり。

しいたけレシピ

和風椎茸の肉詰め

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 4個
- 鶏ひき肉 100g
- 玉ねぎ 1/4個
- たけのこ水煮 1/8個
- 大葉 2枚
- 和風だしの素 小さじ1
- 醤油 大さじ1
- 酒 30cc
- 水溶性片栗粉 大さじ1
- 塩胡椒 少々



作
り
方

- ①椎茸はじくの部分を手でねじるようにして引き抜く。椎茸のじく、玉ねぎ、たけのこ水煮をみじん切りにする。
- ②鶏ひき肉、椎茸、玉ねぎ、たけのこに塩胡椒少々を加え、よくこねる。
- ③椎茸の笠の部分に、具材を山盛りになるように詰める。
- ④フライパンに油少々と酒を入れ、具材をつめた椎茸を焼く。蓋をして両面に火が通るまで蒸し焼きにする。
- ⑤肉詰め椎茸に火が通ったらフライパンから取り出す。フライパンに残った肉汁に和風だしの素、醤油、水溶性片栗粉を入れ、とろみがつくまで火にかける。
- ⑥皿に大葉、肉詰め椎茸を盛り付け、上から和風たれをかけて出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸たっぷり！ 八宝菜

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- にんじん 1/4本
- 白菜の葉 1枚
- 玉ねぎ 1/4個
- エリンギ 1本
- 豚肉 100g
- たけのこ水煮 1/4本
- うずら卵(茹で) 4個
- ごま油 大さじ2
- 塩胡椒 少々
- 醤油 大さじ1
- 中華だし 大さじ1
- 水 200ml
- 水溶き片栗粉 大さじ2



作
り
方

- ①具材を食べやすい大きさに切る。
- ②フライパンか中華鍋にごま油を熱し、肉と野菜を火が通りにくい順に加え、炒める。塩胡椒で味付けする。
- ③水、中華だし、醤油を加え、味をととのえる。
- ④水溶き片栗粉でとろみをつけたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸の黄金 パラパラチャーハン

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 1個
- 玉ねぎ 1/4個
- 卵 1個
- 炊き立てのごはん 0.5号
- 小ネギ 2本
- 塩胡椒 少々
- 油 大さじ2



作
り
方

- ①椎茸と玉ねぎをみじん切りにする。
- ②ボールに卵を割り入れ、炊き立てのごはんを入れ、菜箸で全体を混ぜる。
- ③熱したフライパンに油をひき、椎茸と玉ねぎを炒める。卵液と混ぜたごはんを一気に入れ、中火～強火でごはんがパラパラになるまで炒める。
- ④塩胡椒少々で味を整え、小ネギを散らしたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸の 豚キムチ

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- 薄切り豚ばら肉 . . . 100g
- キムチ 100g
- 玉ねぎ 1/4個
- ニラ 1/2束
- 塩胡椒 少々
- 油 大1



作
り
方

- ①椎茸、豚肉、玉ねぎ、ニラを食べやすい大きさに切る。
- ②フライパンに油を熱し、肉、玉ねぎ、椎茸の順に入れ、炒める。塩胡椒少々、キムチを加え、さっと炒め合わせたら出来上がり。

しいたけレシピ

肉巻き椎茸

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 3個
- 薄切り豚ばら肉 . . . 数枚
- 片栗粉 大さじ1
- 塩胡椒 少々
- 油 大さじ1
- 大根おろし 少々
- ポン酢 少々
- すだち 1個
- 大葉 1枚



作
り
方

- ①椎茸は縦半分になり、豚ばら肉で巻く。
- ②塩胡椒少々、片栗粉を薄くまぶす。
- ③フライパンに油をひき、肉と椎茸に火が通るまでよく焼く。
- ④皿に肉巻き椎茸と大葉、大根おろし、ポン酢、すだちを盛り付けたら出来上がり。

しいたけレシピ

しい玉

材
料

—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- 卵 3個
- マヨネーズ 大さじ1
- 油 大さじ2
- 水で希釈しためんつゆ 150ml
- 水溶き片栗粉 大さじ1
- 小ネギ 3本



作
り
方

- ①個分の椎茸をみじん切りに、もう1個の椎茸を薄切りにする。
- ②みじん切りにした椎茸、卵、マヨネーズをよくかき混ぜる。
- ③フライパンか中華鍋に油を熱し、卵液を勢いよく入れ、大きくかき混ぜながら火を通す。焦げ付かないよう両面焼き、盛り付け皿に移す。
- ④フライパンに水で希釈しためんつゆ、薄切りの椎茸を入れ、椎茸に火を通す。
- ⑤水溶き片栗粉でとろみをつける。先程の卵焼きにかけ、小ネギを散らしたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸と白菜の豆乳シチュー

材
料

—
6
・
7
人
前
—

- 椎茸 4個
- じゃがいも 2個
- にんじん 1本
- 玉ねぎ 1個
- 白菜 1/4個
- 鶏肉 250g
- 塩胡椒 少々
- 油 少々
- 豆乳 600ml
- 水 200ml
- クリームシチュールー 1箱



作
り
方

- ①シチューの具材をそれぞれ食べやすい大きさに切る。
- ②鍋に油を熱し、鶏肉、根菜類、椎茸の順に入れ炒める。
- ③肉に火が通ったら、水を入れ、蓋をし肉と野菜に火が通るまで煮る。
- ④具材に火が通ったら、豆乳、白菜を加え更に5分程煮る。
- ⑤火を止め、クリームシチューのルーを溶かす。塩胡椒で味を整え、最後にもう一度弱火でルーがなめらかになるまで溶かしたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸と海老のスタミナ中華丼



材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- 海老 10尾
- たけのこ水煮 1/4本
- ニラ 1束
- 玉ねぎ 1/4個
- にんじん 1/4本
- 白菜 1/8玉
- にんにく 1片
- ごま油 大さじ2
- 塩胡椒 少々
- 鶏がらスープの素 大さじ1
- オイスターソース 大さじ1
- 醤油 小さじ1
- 水 150cc
- 水溶き片栗粉 少々
- 卵 2個
- ごはん お好きな量

作
り
方

- ①海老は殻と尻尾、背ワタを取る。
- ②椎茸、たけのこ水煮、ニラ、玉ねぎ、にんじん、白菜は食べやすい大きさに切る。
- ③ニンニクはみじん切りにしておく。
- ④熱したフライパンにニンニク、根菜類、椎茸、白菜、海老、ニラの順に入れて炒める。
- ⑤水を加え、塩胡椒、鶏がらスープの素、オイスターソース、醤油で味を整える。
- ⑥水溶き片栗粉でとろみをつけたら、ごはんの上にかける。
- ⑦目玉焼きを乗せたら出来上がり！

しいたけレシピ

椎茸とひき肉のレタス包み中華風



材
料
—
2
・
3
人
前
—

- 椎茸 2個
- ひき肉 200g
- にんにくの芽 6本
- パクチー 2束
- レタス 小1玉
- パクチーの代わりにセロリ、たけのこ等でも美味しくお召し上がりいただけます。
- 塩胡椒 少々
- オイスターソース 大さじ1
- 鶏がらスープの素 小さじ1
- ごま油 少々
- 糸唐辛子 少々

作
り
方

- ①椎茸は石づきを取り、軸の部分と一緒にみじん切りにする。にんにくの芽、パクチーも細かく刻む。
- ②フライパンか中華鍋を熱し、ごま油をひく。強火でひき肉を炒め、肉に火が通ったら椎茸、にんにくの芽、パクチーを加えて炒める。(パクチーは飾り付け用に少量残しておく。)
- ③オイスターソース、鶏がらスープの素、塩胡椒で味をととのえる。
- ④更にレタスを敷き、ひき肉を盛り付ける。パクチーと糸唐辛子で飾り付けしたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸と秋鮭の豆乳グラタン

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- 秋鮭切身 2切れ
- 玉ねぎ 1/2個
- ほうれん草 1束
- バター 大さじ2
- 小麦粉 大さじ1
- 塩胡椒 少々
- コンソメ 大さじ1
- 豆乳 350cc
- とけるチーズ 適量



作
り
方

- ①鮭は鱗を取る。皮が苦手な方は皮部分も取り、大きめに切る。
- ②椎茸、玉ねぎは薄切りにし、ほうれん草もざくざくと大きめに切っておく。
- ③フライパンにバターを熱し、玉ねぎを炒める。椎茸、小麦粉、豆乳の順に加え、塩胡椒とコンソメで味付けし、木べらでよくかき混ぜながらクリームソースを作る。
- ④クリームソースにほうれん草と鮭を加え、ざっと混ぜたら火を止める。
- ⑤耐熱容器にフライパンの中身を移し、チーズを乗せてオーブンやオーブントースター、魚焼きグリル等で鮭の身に火が通り、チーズに焼き色がつくまで焼く。
- ⑥仕上げにパセリをふったら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸と秋鮭の ホイル焼き

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 1個
- 秋鮭の切身 2切れ
- 玉ねぎ 1/2個
- えのきだけ 1/4袋
- 塩胡椒 少々
- バター 少々
- ねぎ 少々
- レモン輪切り 2切れ



作
り
方

- ①秋鮭は鱗、皮が苦手な人は皮も取っておく。
- ②椎茸、玉ねぎを薄切りにする。
- ③えのきだけは石づきを取る。
- ④アルミホイルに玉ねぎ、秋鮭、きのこ類の順に具材をのせ、塩胡椒を振り、バターをのせる。
- ⑤具材をアルミホイルで覆い、オーブントースターや魚焼きグリルで具材に火が通るまで焼く。
- ⑥仕上げにレモンの輪切りと小口切りにしたねぎをトッピングしたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸とほうれん草の インド風カレー



材
料
—
7
・
8
人
前
—

- 椎茸 4個
- ほうれん草 束
- 玉ねぎ 2個
- トマト缶 1缶
- 鶏肉 200g
- バター 50g
- にんにく 3片
- カレー粉 大さじ2、5杯
- コンソメ 大さじ2杯
- 塩胡椒 少々
- ライスかナン

作
り
方

- ①ほうれん草とトマト缶はミキサーでピューレ状にしておく。
- ②椎茸、鶏肉は食べやすい大きさに切り、玉ねぎはみじん切りにしておく。
- ③フライパンか鍋にバターを熱し、玉ねぎが飴色になるまで炒める。カレー粉、にんにく、ほうれん草とトマトピューレを加えて軽く炒める。
- ④別のフライパンで炒めた鶏肉を加え、コンソメ、塩胡椒で味を整えたら出来上がり！ライスやナンと一緒に召し上がりください。

しいたけレシピ

椎茸と鶏肉の 混ぜごはん



材
料
—
4
・
5
人
前
—

- ごはん 2合
- 椎茸 2個
- 鶏肉 200g
- ごぼう 1/2本
- にんじん 1/2本
- 油揚げ 100g
- 枝豆 (茹でてあるもの)
. 100g
- 油 少々
- 顆粒和風だしスティック
. 1本 (約8g)
- 醤油 大さじ2
- 砂糖 大さじ1
- すりおろし生姜
. 大さじ1

作
り
方

- ①米2合を炊いておく。
- ②椎茸、鶏肉は食べやすいよう細かく切り、ごぼうはささがきにし、酢水につけて灰汁を抜いておく。にんじんと油揚げは細切りにする。
- ③鍋に油を熱し、鶏肉、根菜、椎茸、油揚げの順に炒める。
- ④和風だし、醤油、砂糖、すりおろし生姜で味付けし、茹でた枝豆を加えて軽く混ぜる。
- ⑤炊き立てのごはんに味付けした具材を混ぜたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸と 高野豆腐の煮物

材
料
—
4
・
5
人
前
—

- 椎茸 4、5個
- 高野豆腐 5個
- にんじん 1/2本
- さやいんげん 4、5個
- だし汁 750ml
- 醤油 大さじ3
- 砂糖 大さじ1



作
り
方

- ①椎茸、にんじんは食べやすい大きさに切り、飾り切りをする。
- ②さやいんげんは繊維の太い部分を取っておく。
- ③鍋にだし汁を熱し、醤油と砂糖を加える。
- ④にんじん、椎茸、高野豆腐の順に入れ、にんじんが柔らかくなったらさやいんげんを加えてさっと煮たら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸とごろごろ野菜のポトフ

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- にんじん 1本
- 玉ねぎ 1個
- じゃがいも 1個
- アスパラ 2本
- ベーコンブロック . . . 100g
- 水 600ml
- コンソメ スプーン2杯
- 塩胡椒 少々
- ローリエの葉
... 1/2枚 (ちぎっておく)



作
り
方

- ①椎茸は石づきを切り落とし、食べやすい大きさに手で割いておく。
- ②にんじん、玉ねぎ、じゃがいもは皮を剥き、大きく切る。
- ③アスパラは長めに切り、ベーコンも大きなブロック状に切る。
- ④小鍋に水を入れ火をつけ、根菜類、椎茸、ベーコンの順に具材を入れ (アスパラはまだ)、沸騰したら調味料を加え 20 分程弱火で煮る。
- ⑤具材が柔らかくなったら、アスパラを加えて 2,3 分更に火を通し、出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸の天ぷら

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 4個
- 小麦粉 30g
- 片栗粉 10g
- 氷水 適量
- 油 適量



作
り
方

- ①椎茸は軸の部分を切り、飾り切りをしておく。
- ②小麦粉、片栗粉に氷水を加え、具材につけた時に具材の色が少々透けて見えるくらいのゆるさにする。
- ③油を約170℃に熱し、衣がカラッとするまで揚げたら出来上がり。
- ④大根おろしや塩、天つゆ等と一緒に召し上がりください。

しいたけレシピ

椎茸と カマンベールのフライ

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- カマンベールチーズ . . . 小1個
- 卵
- 小麦粉
- 水
- パン粉
- 油



作
り
方

- ①椎茸は軸の部分を抜き、半分に切ったカマンベールチーズを笠の裏の部分に詰める。
- ②卵、小麦粉、水を混ぜたバター粉、パン粉の順にまぶす。
- ③衣が軽いきつね色になるまで揚げたら出来上がり。半分に切って盛り付ける。

しいたけレシピ

椎茸とホタテ貝柱の クリームコロッケ

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 1個
- ホタテ貝柱缶詰 . . . 小1個
- バター 30g
- コンソメ 小さじ1/2
- 牛乳 200ml
- 小麦粉 大さじ2
- 小麦粉、卵、パン粉 . . 適量
- 油 適量



作
り
方

- ①椎茸はみじん切りにする。
- ②フライパンを熱し、バター、椎茸、貝柱を炒める。
- ③小麦粉を加え、全体に行き渡ったら牛乳を加え、硬めにとろみがつくまで弱火で熱する。
- ④フライパンの中身を平たい皿などに移し、冷めるまで涼しい所に置いておく。
- ⑤クリームコロッケの中身が冷えて固くなったら俵型に形成する。
- ⑥小麦粉、卵、パン粉をつけ、油できつね色になるまで揚げたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸おでん

材
料
—
3
・
4
人
前
—

- 椎茸 4個
- トマト 4個
- 大根 1本
- 卵 4個
- こんにゃく 大1枚
- さつま揚げ 4個
- その他、好きな具
- だし汁 1500ml



作
り
方

- ①卵は茹で卵にし、殻をむいておく。
- ②トマトは湯むきしておく。
- ③こんにゃく、大根は下茹で、椎茸は食べやすい大きさに切っておく。
- ④だし汁でこんにゃく、大根、卵、椎茸の順に具材を入れ、弱火で煮込む。
- ⑤最後にさつま揚げ、湯むきしたトマトを入れ、煮立てないように静かに煮込んだら出来上がり。

しいたけレシピ

じゃがバタ 椎茸ローズマリー風味

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- じゃがいも 2個
- バター（無塩）
. お好きな量
- 塩 少々
- ローズマリー
. お好みで少々



作
り
方

- ①じゃがいもは十字に切れ目を入れ、水で濡らしたキッチンペーパーに包む。更にそれをラップで包み、500wで4分半ほどレンジで加熱。そのまま5分程放置し、余熱を通す。
- ②椎茸は薄切りにする。
- ③フライパンにバターを熱し、椎茸をソテーする。火が通ったらローズマリーを加えて軽く火を通す。
- ④皿に椎茸のソテー、じゃがいもを盛り付ける。バターのをせ、軽く塩をふったら出来上がり。

しいたけレシピ

フランス風鶏肉の牛蒡巻き、 椎茸クリームソース

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 1個
- 鶏もも肉 1枚
- 牛蒡 小1本
- バター 20g
- 生クリーム 50ml
- 塩胡椒 少々



作
り
方

- ①椎茸は手で細かくちぎる。鶏肉は包丁の背やワインの瓶、肉叩きなどで叩き、薄く伸ばしておく。
- ②バターで細切りにした牛蒡と椎茸を炒める。
- ③きつね色になるまで炒めたら皿に移し、冷ましておく。
- ④鶏肉の皮を外側にして、牛蒡を巻く。塩胡椒を外側にふり、揉み込む。アルミホイルで全体を包み、トースターか魚焼きグリルで火が通るまで充分焼く。
- ⑤鶏肉の中身まで熱が通ったら、火から一度おろす。
- ⑥アルミホイルの中に鶏肉を焼いた時の肉汁があるので、椎茸、肉汁、生クリームをブレンダーにかけ、ソースを作る。
- ⑦鶏肉の牛蒡巻きをアルミホイルに乗せたままトースターに戻し、今度はアルミホイルの上側を開けて火にかけ、肉の表面に焦げ目をつける。
- ⑧肉にパリッと焦げ目がついたら火から取り出し、食べやすい大きさに切り分ける。
- ⑨皿にソース、鶏肉の牛蒡巻きを盛り付け、香草などを飾れば出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸の ポタージュ

材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2個
- チキンスープ 150cc
- 生クリーム 50cc
- バター 20g
- 塩 少々



作
り
方

- ①椎茸は石づきを切り落とし、手で小さめにさいておく。
- ②フライパンにバターを熱し、椎茸を炒める。
- ③椎茸が炒まったらチキンスープを加え、ブレンダーかミキサーで滑らかになるまで攪拌する。
- ④生クリームを加え、塩で味をととのえたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸入り しょうが焼きパスタ

材
料
—
2
人
前
—

- パスタ 250g
- 椎茸 2個
- 豚こま肉 200g
- 玉ねぎ 1/4個
- 甘唐辛子 2個
- 醤油 大さじ3
- 砂糖 大さじ2
- 生姜すりおろし 大さじ1.5
- 鶏がらスープの素 小さじ1/2
- ごま油 適量
- 塩 適量



作
り
方

- ①椎茸、玉ねぎは薄切り、甘唐辛子は縦半分に切る。
- ②生姜、砂糖、生姜のすりおろしを合わせて生姜焼きのタレを作っておく。
- ③パスタは塩を入れたお湯でアルデンテに茹でる。
- ④フライパンにごま油をひき、豚こま肉、玉ねぎ、椎茸、甘唐辛子を炒める。
- ⑤生姜焼きのタレ3/4を焼いた具材に合わせ、味が絡まるまで炒める。
- ⑥茹で上がったパスタにごま油少々と鶏がらスープの素、生姜焼きのタレ1/4をさっと混ぜ合わせる。
- ⑦皿にパスタの麺、生姜焼き、お好みで白髪ねぎや糸唐辛子を盛り付けたら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸入り 和風餃子



材
料
—
100
個
分
—

- 椎茸 6 個
- 豚ひき肉 . . . 300g
- 白菜 1/4 個
- 三つ葉 4 束
- ミョウガ 3 個
- 柚子 1 個
- 餃子の皮 . . . 100 枚
- 塩 少々
- オイスターソース 大さじ 1
- 鶏がらスープの素 大さじ 1
- ごま油 大さじ 4
- 片栗粉 大さじ 2

作
り
方

- ①椎茸、白菜、三つ葉、ミョウガを細かく刻む。
- ②白菜は塩少々をまぶし、しばらく時間を置いた後、手で絞って水気を切る。
- ③柚子は皮をすりおろし、果汁を絞っておく。(柚子の果汁は餃子のタレに加えてお召し上がりください)
- ④椎茸、白菜、三つ葉、ミョウガ、豚ひき肉、柚子の皮、オイスターソース、鶏がらスープの素、ごま油、片栗粉、塩少々を混ぜ合わせよく混ぜる。
- ⑤餃子の皮でタネを包む。

- 焼き餃子の場合はフライパンにサラダ油を熱し、餃子を並べ、中火で数分焼いたあと餃子の半分の高さまで水を注ぎ、蓋をして更に数分焼く。餃子の皮がパリッと焼けたら出来上がり。
- 水餃子の場合はたっぷり沸かしたお湯に塩少々を入れ、餃子を一気に入れる。沸騰して泡が立つたびに水を少々注ぎ入れ、それを5回繰り返したら出来上がり。

しいたけレシピ

椎茸・ホタテ・甘唐辛子の バター醤油焼き



材
料
—
2
人
前
—

- 椎茸 2 個
- ホタテ 3、4 個
- 甘唐辛子 3、4 本
- バター お好みの量
- 醤油 少々
- レモン 一切れ

作
り
方

- ①椎茸は石づきを切り落としておく。
- ②アルミホイルに椎茸(かさの側を下にする)、ホタテ、甘唐辛子を並べ、バターを乗せる。上側を少し開けて全体を包む。
- ③トースターか魚焼きグリルにアルミホイルで包んだ具材を置き、弱火～中火で甘唐辛子に焼き目がつくまで10分程焼く。
- ④甘唐辛子に焼き目がついたら、更に上からアルミホイルで包み、3分程全体を蒸し焼きにする。
- ⑤トースター(魚焼きグリル)から取り出し、バターをのせ、醤油をたらす。レモンを添えたら出来上がり。