

じゃがいもとキノコの
歯ごたえがGOOD！

mushroom recipes
群馬県議会
議長賞
優秀賞

県産キノコの じゃがいも挟み

材　料　（4 人分）

- じゃがいも ····· 250 g
- まいたけ ····· 85 g
- えのき ····· 130 g
- バター ····· 10 g
- しょうゆ ····· 15 g
- 創味シャンタン ····· 30 g
- 塩 ····· 0.5 g
- こしょう ····· 2 g
- ごま油 ····· 大さじ 1 ～ 1.5
- パセリ ····· 0.1 g
- 片栗粉 ····· 大さじ 3

作り方

1 じゃがいもの皮をむき、スライサーで薄切りにして水につける。
2 えのきは 1 ～ 1.5cm 幅に切ってほぐし、まいたけは 1 ～ 1.5cm の大きさに切る。
3 フライパンにバターを引く。
4 まいたけとえのきを中火で炒める。
5 4 に醤油と塩、こしょうを入れて味を調えて火を消す。
6 ビニール袋に水気をよく切ったじゃがいもと、片栗粉と創味シャンタンを入れて、よく振りまぶす。
7 フライパンにごま油を入れてあたため、6 の半分のじゃがいもを敷き詰める。
8 7 に炒めたきのこを全体にのせる。
9 8 の上に 6 の残り半分のじゃがいもをのせる。
10 中火で焦げ目がついたらひっくり返し、必要に応じてごま油を足し、裏面を焼く。
11 両面を焼き、食べやすい大きさに切り皿に盛り、パセリを散らす。

調理時間 35 分

recipe KINOKO