麹ときのこの菌菌バーガー

mushroom recipes
群馬県知事賞
最優秀賞

材　料　（4 人分）

- バンズパン ····· 280 g
- バター ····· 20 g
- サラダ菜 ····· 35 g
- ベーコン ····· 60 g
- えのき ····· 100 g
- しいたけ ····· 80 g
- 塩麹 ····· 22 g
- バター ····· 5 g
- まいたけ ····· 110 g
- エリンギ ····· 50 g
- てんぷら粉 ····· 70 g
- 水 ····· 72 ml
- 揚げ油 ····· 400 g
- しょうゆ ····· 30 ml
- みりん ····· 45 ml
- 砂糖 ····· 13 g
- 昆布 ····· 4 分の 1 枚

作り方

1 サラダ菜は洗い水気を切っておく。
2 えのきは食べやすい長さに切りほぐしておく、しいたけは薄く切る。
3 2のえのきと塩麹を混ぜる。
4 3のきのこの水分が出たらフライパンにバターを溶かしてソテーする。
5 まいたけは一口大に切っておく。エリンギは食べやすい長さのスティック状に切る。
6 てんぷら粉と水を合わせ5のきのこを入れて混ぜる。
7 油を 180℃に熱し、6のきのこを 4 等分にわけカラッとなるまで揚げる。
8 しょうゆ、みりん、砂糖、昆布を鍋で少し煮る。
9 7のかき揚げに8の天つゆをかける。
10 バンズをバターを溶かしたフライパンで焼く。次にベーコンも焼いておく。
11 バンズにサラダ菜、ベーコン、きのこソテー、かき揚げをはさんで完成。

