

いろいろきのこの炒めもの

**調理時間**

約10分

カロリー

90kcal

材料

(4人分)

椎茸	6枚
しめじ	1株
えのき	1束
エリンギ	2本
ゴマ油	大さじ2
酒	50ml
塩	小さじ1

作り方

- 1 きのこ類は石づきを取って、椎茸は薄切り、しめじは小房に分け、えのきは長さを半分に切り、エリンギは長さ3cmの薄切りにする。
- 2 フライパンにゴマ油を熱し、中火で(1)を炒める。
- 3 全体に油がなじんたら、酒と塩をふって蓋をし、タイマーを3分に設定し、中火で蒸し焼きにする。

多種類のきのこを一緒に炒めることで、風味豊かになります。