

そのままでも、和えても美味しい常備菜

①きのここと筍の五目煮





材料（出来上がり目安/360g）

雪国まいたけ 1/2パック	【B】
雪国えりんぎ 1/2パック	和風だし（顆粒） 小さじ1
雪国しめじ恵み 1/2パック	砂糖 小さじ1
たけのこ（水煮） 100g	醤油 大さじ1
鶏モモ肉 50g	みりん 大さじ1
にんじん 1/4本	水 50cc
【A】	
酒 大さじ1	
塩 少々	

作り方

- 1 まいたけ、しめじは食べやすい大きさにさき、えりんぎは拍子切りにする。
たけのこ、にんじんは細切りにする。
- 2 鶏モモ肉は細切りにし、Aをもみこみ10分程置く。
- 3 鍋に(1)、Bを入れ蓋をして火にかけて、沸騰したら弱火にし、混ぜながら5分程煮る。
- 4 (3)に(2)をほぐして加え、3分程煮てできあがり。

 約406kcal  調理時間/約20分