

ピリ辛味はおべんとうにベストマッチ！

②きのこことわかめのピリ辛しらす炒め



材料（2人分）

雪国まいたけ 1/2パック

ごま油 小さじ2

雪国しめじ恵み 1/2パック

醤油 小さじ1



わかめ（塩蔵） 50g

ラー油 適量

しらす 20g

作り方

- 1 きのこは食べやすい大きさにさく。
- 2 わかめは塩抜きをして一口大に切る。
- 3 フライパンにごま油を熱し(1)を炒め、しんなりしたら(2)、しらすを加え、醤油、ラー油で味を調えてできあがり。

 1人前/約67kcal  調理時間/約10分