

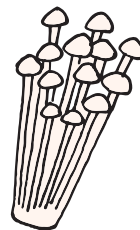


10

## えのきたけと豚肉の梅昆布和え

### 【材料(4人分)】

豚バラ薄切り肉……………100g	炒りごま……………少々
えのきたけ……………2袋(400g)	a { 酢……………小さじ1 醤油……………小さじ1 ごま油……………小さじ1/2
梅干……………2個(大)	
塩昆布……………10g	
大葉……………6枚	



### 作り方

- ① えのきたけは石づきを切り落としてほぐし、熱湯でさっと茹でてザルに取る。
- ② ①のお湯で豚肉を茹でてザルに取り、1cm幅に切る。
- ③ 梅干は種を取って包丁で粗く叩き、大葉はせん切りにして水に放す。
- ④ ボウルに①・②・梅干・塩昆布・aを混ぜる。
- ⑤ 器に④を盛り、大葉・炒りごまを添える。