



8 エリンギの焼き浸し

【材料(4人分)】

エリンギ… 2パック(200g)	（だし汁…………… 150cc みりん…………… 大さじ2 醤油…………… 大さじ2 おろし生姜…………… 小さじ1
アスパラ…………… 80g	
長ねぎ…………… 1本	
花かつお…………… 少々	
サラダ油…………… 大さじ1	



作り方

- ① エリンギはひと口大に切る。
- ② アスパラは根に近い部分は皮をむいて4cm長さに切り、長ねぎは皮目に切れ目を入れながら4cm長さに切る。
- ③ 鍋にだし汁とみりん・醤油を入れて火にかける。沸騰したらボウルにあけて、おろし生姜を加える。
- ④ フライパンにサラダ油をひいて①・②を中火で焼き、③に1時間ほど漬ける。
- ⑤ 器に④を盛り、花かつおを添える。