

《副菜》 エリンギのり塩炒め



エリンギはきのこ類の中でもクセがなく、お子さんも食べやすいです。
ベーコンやコーン等を一緒に炒めると、色どりも良くなります♪

▶材料（4人分）

エリンギ	2パック（200g）
サラダ油	小さじ1
バター	小さじ2
塩	2つまみ
青のり	適量

▶作り方

- ① エリンギは、2～3等分の長さに切り、縦半分に切る。5mm幅の短冊切りにする。
- ② フライパンに、油とバターを熱し、エリンギを炒める。
- ③ 火が通ったら塩で味つけをし、最後に青のりを混ぜ合わせる。