



## 姜葱紅平菇

(トキイロヒラタケと鶏ささみ・くらげたっぷり葱ソースがけ)

### ○材料 (2～3人前)

トキイロヒラタケ	200g
くらげ	もどして100g
鶏ささみ	2本
長ねぎみじん切り	1本半
生姜みじん切り	小さじ1

### ○調味料

塩	小さじ1/2
チキンパウダー	小さじ1/2
サラダ油	100cc
ゴマ油	大さじ1

### ○作り方

- 1 トキイロヒラタケを塩、酒、サラダ油少々(分量外)を入れたお湯に入れ、ボイルして自然に冷ます。
- 2 鶏ささみは筋を取り塩、酒(分量外)を入れたお湯で沸騰させないように弱火で火を通し、汁ごと冷ます。
- 3 ボールに葱と生姜のみじん切りを入れ、熱したサラダ油をジュッとかけ、塩とチキンパウダーで味を調える。
- 4 冷めた1と2ともどしたくらげと共にゴマ油で和え、お皿に盛り付け、葱ソースをかける。

ポイント：トキイロヒラタケは火を通すと色がとびますが、冷めたらきれいなピンク色に戻るなので、冷製で提供します。



## 蠔油扒平菇 (ムキタケのオイスターソース煮)

### ○材料 (2～3人前)

ムキタケ	200g
冬筍	1/2
青梗菜	1株
水溶き片栗粉	適量

### ○調味料

A：チキンスープ	300cc
オイスターソース	大さじ2
しょう油	大さじ1
酒	大さじ2
砂糖	大さじ1/2
チキンパウダー	少々
胡椒	少々

葱油	大さじ1
----	------

### ○作り方

- 1 冬筍は薄切りにして下茹で、青梗菜も6等分に切り分けボイルしておく。
- 2 鍋で油を沸かし、ムキタケを油どおししてから、ボイルしておく。
- 3 鍋に調味料Aを入れ、冬筍と2を入れ煮込み、水溶き片栗粉でとろみをつけ、葱油で香りをつける。
- 4 お皿に盛り付け、ボイルした青梗菜を回りに飾る。

ポイント：ムキタケは一度揚げてからボイルする事で苦味を和らげる。もっちりした歯ごたえと食感は、アワビのオイスターソース煮を彷彿させます。



## 雪下菇酸辣湯

(たっぷりエゾユキノシタ入り酸っぱくて辛いスープ)

### ○材料 (2～3人前)

エゾユキノシタ	150g
玉子	2ヶ
万能ねぎ	少々
チキンスープ	600cc
水溶き片栗粉	適量

### ○作り方

- 1 鍋にチキンスープを沸かし、エゾユキノシタを入れ、少し煮てAで調理する。
- 2 水溶き片栗粉でとろみをつけ、溶き玉子をちらし、仕上げに黒胡椒、辣油、酢を入れ、万能ねぎをちらす。

### ○調味料

A：塩	小さじ1.5
酒	大さじ2
しょう油	小さじ1.5
チキンパウダー	小さじ1
白胡椒	たっぷり
黒胡椒	適量
辣油	お好み
酢	大さじ2

ポイント：とろみのついたスープがエゾユキノシタのコリコリした食感を引き立てます。酢とコシヨーを効かせ、パンチのある味に仕立ててあります。