

乾しいたけ Recipe

“乾しいたけ”って使い方が難しそう… そう思っている方は必見!
案外手軽に使えるうえ、毎日のおかずを驚くほど奥深い味わいにしてくれるんです。
しみじみおいしくてくり返し作りたくなる、とっておきの乾しいたけレシピです。



料理研究家 / 大庭英子

乾しいたけと豚肉、大豆のうま煮



しっかり味を含んだ
しいたけと大豆が、しみじみおいしい煮もの。
豚バラ肉を加えて、若い人にも喜ばれる
ボリューム感のあるおかずに
仕立てました。

○主材料(4人分)

- 乾しいたけ(冬菇)^{どんこ} 小12枚
- 豚バラ肉(かたまり) 300g
- 酒……………大さじ3
- 水……………1カップ
- A しょうがの皮1かけ分
- 赤唐辛子……………1本
- 大豆(水煮) ……400g
- しょうが(薄切り) 1かけ分

○作り方

- 1 乾しいたけはもどして軽く水気を絞り、軸を切り落とす。もどし汁2カップはとりおく。
- 2 豚肉は4×3cm大に切る。
- 3 フライパンに油少々を熱して②を並べ入れ、全体に焼き色をつけて鍋に移す。Aと①のもどし汁を加えて火にかけ、煮たってきたらふたをして弱火で30分煮る。
- 4 ③に水気をきった大豆、しょうが、①のしいたけを加えて中火にし、煮たってきたら砂糖大さじ1、しょうゆ大さじ4を加えて混ぜ、ふたをして弱火で30～40分煮る。



Point

乾しいたけをもどすのは、ジッパーつき保存袋も便利です。乾しいたけがまんべんなく水に浸るうえ、冷蔵庫内で場所をとりません。

Profile

おおばえいこ
身近な素材と普段使いの調味料で、簡単かつ、おいしい料理を作る達人。乾物をこよなく愛する。