

今井 亮の

乾しいたけ 飯店



いまい・りょう
おいしくできるコツ
を押さえたレシピで
人気の料理研究家。
京都の老舗中華料理店での修業経験が
あり、中華食材としてもよく使われる
乾しいたけの料理はお得意!

滋味深く、しみじみおいしい乾しいたけ。

家庭でも作りやすい中華料理を中心に、今すぐ食べたい乾しいたけ料理をお届けします。

主材料(2人分)

乾しいたけ(香信)^{こうしん}……4枚
そうめん……3束
豚ひき肉……200g
きゅうり……2本
しょうが(みじん切り)1かけ分
A | 甜麵醬……大さじ2
しょうゆ、酒、砂糖
……各大さじ1
ラー油……適量

作り方

- 1 乾しいたけはジッパーつき保存袋に入れ、浸るくらいの水を加えて口を閉じ、冷蔵庫に6時間ほどおいてもどす。傘は1cm角に切り、軸は石づきを落としてみじん切りにする。
- 2 きゅうりは5～6cm長さに細く切る。Aは混ぜ合わせる。
- 3 フライパンに油大さじ1を中火で熱し、しょうがを炒める。香りが立ったらひき肉を加えてほぐしながら3～4分炒め、①を加えてさらに1分ほど炒める。Aを加えて汁気が少なくなるまで炒める。
- 4 そうめんは表示通りにゆでて冷水でしめ、器に盛る。きゅうりと③をのせてラー油をかける。

POINT

乾しいたけはジッパーつき保存袋でもどすと手軽。少ない水でしっかりと浸り、冷蔵庫でも場所をとりません。



乾しいたけの中国風あえめん

コクのある肉みそに、
ゴロゴロ入ったしいたけがアクセント。
豪快に混ぜながらどうぞ!

