

小林まさみ
誰でも作りやすく、実
用的でおいしいレシピ
に定評あり。アシスタ
ントを務める、義父で
シニア料理研究家の
まさるさん(92歳)との
コンビでも大人気!



小林さんちの 乾しいたけレシピ

うまみも栄養もたっぷりの乾しいたけ。
料理研究家の小林まさみさんが
乾しいたけを気軽に楽しむ
とっておきレシピをお届けします。

乾しいたけのうまみと
豚バラ肉のコクが
きいてるね!



小林まさる

乾しいたけのジューシー

ジューシーは、沖縄の
炊きこみご飯。傘の薄い香信なら、
もどさずに手で割って、米と一緒に
浸水させてから炊けばOK!



撮影/千葉 充 スタイルリング/二野宮友紀子

主材料(4人分)

乾しいたけ^{こうしん}(香信)

……………3枚(10g)

米……………2合

豚バラ肉(薄切り)……………120g

さつま揚げ……………1枚(50g)

にんじん……………1/3本(50g)

酒、しょうゆ

A ……………各大さじ1

塩……………小さじ2/3

作り方

- 乾しいたけはキッチンばさみで軸を切り落とし、傘は手で小さく割ってさっと洗う。
- 豚肉は2cm長さに切る。さつま揚げは横半分の縦薄切りにする。にんじんは4cm長さ、1cm角の棒状に切る。
- 米は洗って炊飯器に入れ、水450ml、①を加えて混ぜ、30分浸水させる。
- Aを加えて混ぜ、豚肉をほくしてのせ、にんじん、さつま揚げを順にのせて炊く。



ポイント

香信は傘が薄いので
手で割れます。軸は
キッチンばさみで切
り落としてください。