

「山梨夏っ子きのこ®」で元気をチャージ！簡単で美味しいレシピのご紹介

山梨夏っ子きのこ®生産者 / アスリートフードマイスター・料理研究家



芦澤 香苗



クロアワビタケと豚バラ肉のピリ辛煮 調理時間：約 15分

【材料 2 人分】 クロアワビタケ(山梨夏っ子きのこ®) 50g

豚バラ肉 100g

油...大さじ 1

塩...少々

コチュジャン...大さじ 1

【A】ラー油...大さじ 2・酒...大さじ 2 水...30 cc 花椒...少々

【B】赤唐辛子 or ハバネロ...お好みで

【作り方】

- ① 夏っ子きのこは手で小房にほぐす。豚バラ肉は食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に油と豚バラ肉を入れ、中火で炒め肉の脂が出てきたら夏っ子きのこを入れ、さっと炒めてから【A】を加え、蓋をして弱火で煮る。夏っ子きのこがしんなりしたら完成！
お好みで【B】をプラスすると辛さがピリッと増します♪

**山梨夏っ子きのこ®のビタミンと
豚肉のビタミン B1 の相乗効果で疲労を解消！**

辛さの中にきのこのうま味がいっぱい！暑い夏にぴったりのお料理です

