

## 椎茸のんにく炒め



### [ 2~3人分 ]

- ★ 椎茸・・・1パック
- ★ にんにく・・・1かけ
- ★ 小葱・・・適量

- ★ オリーブ油・・・適量
- ★ 醤油・・・小さじ1
- ★ 胡椒・・・少々

### [ 作り方 ]

- ① 椎茸は石突きの部分を取り除き、軸がついたまま半分又は1/4の大きさに切る  
にんにくは皮をむいて横にスライスする
- ② フライパンにオリーブ油をしいてにんにくを入れて火にかき、香りがでてきつね色になったら一度とりだす
- ③ フライパンに椎茸を入れて炒める  
中までよく火が通ったら火を止め、鍋肌から醤油をまわし入れて、胡椒をふる  
にんにくを戻し入れて混ぜ合わせる
- ④ 皿に盛りつけ、葱の小口切りを全体にちらす