

エノキで簡単なめたけ

エノキのシャキシャキを味わって！



材料

<input type="checkbox"/> エノキ	3束
<input type="checkbox"/> しょうゆ	お好み
<input type="checkbox"/> みりん	お好み
<input type="checkbox"/> 砂糖	お好み

作り方

調理時間： 10 分

- ① エノキは石づきを取り、食べやすい大きさに切っておく。
- ② フライパンに油をうすくひいて、エノキがしんなりするまで炒めたら★を加える。汁気がなくなるまで炒めたら完成！

保存はタッパーに入れ、冷蔵庫で2～3日くらいです！