

食材2つだけ!

ちくわ

×

エリンギ

ちくわのボリュームアップおかず

## エリンギとちくわの磯辺炒め

材料 (2人分)

ちくわ	5本	○みりん	小さじ1
エリンギ(大)	1本	○砂糖	小さじ2
○しょうゆ	大さじ1	青のり	少々
○酒	大さじ1	ごま油	大さじ1

### 1 切る

エリンギはひと口大の乱切りにする。ちくわも同様に切る。

### 2 フライパンで炒める

フライパンにごま油を入れて中火で熱し、1を炒める。エリンギが少ししんなりしてきたら○を加え、汁気がなくなるまで煮詰める。火を止め、青のりをちらす。

調理時間

10分



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索