

きのこいっぱいスパ

奈良女子大学附属中等教育学校 上田 悠貴

調理時間
15分



材料(4人分)

しいたけ・・・4枚
ぶなしめじ・・・1袋
エリンギ・・・2本
まいたけ・・・1/2袋
えのきたけ・・・1/2袋
にんにく・・・1片
スパゲティ・・・320g
オリーブ油・・・大さじ1
しょうゆ・・・50cc
スパゲティのゆで汁・・・200cc
塩、こしょう・・・少々
バター・・・20g
きざみのり・・・適量

作り方

- 1 しいたけ、エリンギは食べやすい大きさに切り、ぶなしめじ、まいたけ、えのきたけはさばく。
- 2 スパゲティをゆでる。
※ゆで汁200ccをとっておく。
- 3 フライパンにオリーブ油、にんにくのみじん切りを入れ、弱火で熱して香りを出す。①を入れしんなりするまで炒める。
- 4 ③にスパゲティを合わせ、ゆで汁、しょうゆを入れる。ひと煮立ちさせたら、塩、こしょうで味を調える。
- 5 とかしバターを入れ、器に盛りつける。
- 6 きざみのりをのせる。

※最後に、溶かしバターを入れることで、まろやかさとこくがでます。



しいたけ

ぶなしめじ

エリンギ