きのこランドの

おいしい Recipe

もっともっと、おいしい王国へ！
きのこランド

「きのこと鶏ささみの出汁浸し」

作り置きの常備菜として、さっぱり召し上がれるオススメメニューです。

材料名（2人前）	配合（ｇ）	備考
ふわっとしいたけ	10g	乾燥椎茸スライス
鶏ささみ肉	150g	3本
水菜	100g	
えのき	50g	1束
出汁（白だし）	125cc	
塩	2g	

作り方
① 椎茸を軽く水洗いし、熱湯の中で2分茹で、ざるにあげて、水気を切り冷ましておく
② 鶏ささみは茹でて食べやすく割きほぐす
③ 水菜、えのきは長さ5cm程で切り、熱湯で2分ほど茹で水気を切る
④ 出汁（白だし）、塩を合わせて①～③を加え混ぜ合わせる
⑤ 冷蔵庫で冷やす

商品名：ふわっとしいたけ

規格：150g
入数：20
特長：削り節感覚で使える「超薄切」の干し椎茸です。

商品名：フレッシュえのき1/2カット

規格：指定kg数
入数：混載10kg～
特長：新鮮な長野県産えのきを1/2にカット。

ふわっとしいたけは、サラダ・冷やし中華・冷奴などの冷やしメニューの
薬味や旨みアップ用トッピング具材としてオススメです。