

# おすすめレシピ



## ● 鮭のきのこあんかけ

給食では鮭に片栗粉を付けて油で揚げたものにあんをかけていますが、焼き魚にかけるだけでも、秋の香りを感じられる一品です。

きのこあんは豆腐やだし巻き卵などにかけてもおいしいですよ！

材料 4人分

材料名	分量	切り方など
鮭の切り身(うす塩)	4切	
えのきたけ	30g(1/6袋)	石づきを取り、1/3に切る
しめじ	30g(1/6袋)	
濃口しょうゆ	小さじ2	石づきを取り、小房に分ける
みりん	小さじ1	
水	50g	
片栗粉	小さじ1/3	おお
水	大さじ2	



1 きのを切る。



2 ①の材料を鍋に入れて火をつけ、きのこを煮る。

3 きのこに火が通ったら火を止め、②の水溶き片栗粉を入れて素早く混ぜ、とろみをつける。



4 鮭を焼き、③のきのこあんをかける。