



# 館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ



今回は、館山では初春に旬を迎える「セロリ」のレシピを紹介します。シャキッとした歯ごたえをお楽しみいただけると思います。ぜひお試しください。（川上）

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>

## No.29 セロリのみそ炒め

### 材料(2人分)

セロリ	1本	ごま油	小さじ1
豚ひき肉	30g	【調味料】	
しょうがのみじん切り	小さじ1	みそ	大さじ1
青ねぎの小口切り	少々	酒	小さじ1
		みりん	小さじ2



### <作り方>

1. セロリは軽く筋を取り、斜めに3mm厚で切る。
2. フライパンにごま油としょうがを熱し、炒めて香りが出てくれば、豚ひき肉、セロリの順に軽く炒める。
3. 混ぜ合わせた調味料を加えて、味を調える。器に盛り、青ねぎを散らす。



### ワンポイントアドバイス



セロリの歯ごたえを残した炒め物で、豚やごま油のコクとさっぱりしたセロリの相性抜群です！

ご飯のおかずにも、お酒のおつまみにどうぞ！

しんなりしてしまったセロリは、切って10分ほど冷水につけておくと、シャキッとします。水分はしっかり取ってくださいね。

