



館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ

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



119 きくらげとミカンの中華マリネ

材料(2人分)

生きくらげ 70g
ミニトマト 4個
夏みかん or オレンジ 3/4個
大葉 2枚
生姜 半かけ
長ねぎ 1/4本
らっきょうの甘酢漬け 2個

【A】

醤油 小さじ2
夏みかんのしぼり汁 1/4個分
ごま油 小さじ2



<作り方>

1. 生きくらげは、一口大に切り、30秒ほどゆでて粗熱を取る。
ミニトマトはへたを取り、横半分に切る。
夏みかん3/4個は果肉を取り、半分に切る。1/4個分は果肉をしぼる。
2. 大葉、生姜、長ねぎ、らっきょうの甘酢漬けは、せん切りにする。
3. 1とAを和え、10分ほど置く。器に盛り、2を添える。

👉 ワンポイントアドバイス



- ・乾燥きくらげは、表示通りの時間、水で戻してから同様に作ってください。
- ・きくらげのコリコリした歯ごたえと、柑橘や薬味のさわやかな香りが合います。
- ・生きくらげが手に入ったら、乾燥とは違う瑞々しい食感を楽しみましょう。

