

しいたけボールの 2002キックオ

平成十二年
度

優
秀
賞

杵
築
市

吉
岡
芳
子

【材料(4人分)】

れんこん	400g
乾しいたけ	20枚
長ねぎ	2本
鳥ミンチ	200g

〔A〕

塩	小さじ1
しょうゆ	大さじ1
しょうが汁	大さじ1

〔B〕

だし汁	1カップ
砂糖	大さじ2
みりん	大さじ2
しょうゆ	大さじ2

〔C〕

だし汁	1.5カップ
薄口しょうゆ	大さじ2
みりん	大さじ2
かたくり粉	大さじ2



【調理方法】

- ①. れんこんは皮をむき、おろして軽く汁けをきる。
- ②. しいたけ10枚は石づきを取り、みじん切りに切る。
- ③. ねぎ1本はみじん切りにし、1本はせん切りにして水につけておく。
- ④. 肉の中に①、②、③を入れ〔A〕を加えよく混ぜ合わせる。
- ⑤. ④を1口大に丸めて蒸し器で15分位蒸す。
- ⑥. だし汁の中にしいたけ10枚を入れ〔B〕を加え中火でゆっくりと煮つめる。
- ⑦. 出来上がったら細切りに切る。
- ⑧. だしの中に〔C〕を入れトロミをつける。
- ⑨. ⑤と⑦を皿に盛りつけ⑧を上からかける。
- ⑩. 中心にせん切りしたねぎを飾り出来上がり。
〔B〕のだし次第で洋風・中華風の味付けでアレンジが出来る。

生椎茸のチーズ焼き

平成十二年
度

奨
励
賞

玖
珠
町

河
野
雅
子
⑧

【材料(4人分)】

生しいたけ	8枚
タマネギ	1/4
トマト	1/4
とろけるチーズ	少々
塩	少々
パセリ	



【調理方法】

- ①. しいたけの足を切り、塩を少々かける。
- ②. しいたけをフライパンで蒸し焼きにする。
- ③. タマネギを薄く切って水にさらす。
- ④. トマトを薄く切る。
- ⑤. しいたけに、タマネギ、トマト、チーズをのせる。
- ⑥. オーブンでチーズがとろけるまで焼く。
- ⑦. パセリのみじん切りをかけて盛りつける。