副食

きのこの酒蒸し

［1人分］ エネルギー：48kcal　塩分：0.9g

材料［2人分］

- まいたけ：1パック（100g）
- しめじ：1パック（100g）
- 酒：50cc
- 醤油：小さじ2
- すだち：適宜

作り方

1
まいたけ、しめじの石づきを取り小房に分けます。

2
厚手の鍋に入れ、酒を加えて蓋をして弱火にかけ、しんなりしたら醤油を加えて混ぜます。

3
水分が鍋底に少し残るくらいまで煮詰めます。お好みで、すだちを絞ります。