

ぶなしめじ



ぶなしめじはメジャーなきので食卓にも頻繁にのぼる機会があります。食感も良く、クセもない味わいをしているため、様々な料理に利用されます。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



特設サイトは
こちら!



きのこのこのたらこチャーハン

調理時間
10分

1人分
541kcal

きのこのたらこチャーハン

調理時間

10分

1人分

541kcal

【材料/1人分】

ご飯	200g
ぶなしめじ	1/2パック
卵	1個
ドライパセリ	適量
サラダ油	適量
キューピー あえるパスタソース たらこ	
	1袋(23g)

【作り方】

- ①ボウルにあたたかいご飯を入れ、「キューピー あえるパスタソース たらこ」を加え、混ぜ合わせる。
- ②ぶなしめじは石づきを取り、小房に分ける。
- ③フライパンに油をひいて熱し、②を炒める。
- ④③をフライパンの端に寄せ、溶いた卵を入れて軽く炒める。
- ⑤④に①を加え、ご飯がほぐれるまでよく混ぜながら炒める。
- ⑥器に⑤を盛りつけ、ドライパセリを散らす。