

メンマ作りレシピ



材料

タケノコ（水煮）	500g	
だしつゆ（又は醤油）	80cc	
みりん	40cc	
酒（日本酒又は料理酒）	40cc	
ごま油	50cc	
うま味調味料	小さじ2	} ※お好みの方のみ
ラー油	大さじ2～3	
一味唐辛子	小さじ1	

作り方（30分程度）

1. タケノコを1センチ幅程度に細長く切ります。
（市販のメンマをイメージ）
2. 鍋（又はフライパン）にごま油を入れ中火でタケノコを1分程度炒めます。
3. 次に残りの材料を入れ煮ます。（※ラー油・一味唐辛子は入れない）
汁けが完全になくなる少し前に火を止めます。
4. 最後にラー油・一味唐辛子を入れメンマをかき混ぜて完成です。
（※お好みの方のみ）

